

Auswahl an Laufveranstaltungen 2010

ab 3. Quartal

10 KM

Termin	Ort	Meldungen an an mich bis	Meldungen und Ansprechpartner	Anmerkung	Strassenlauf
23.07.	D.-Hassel			Freitag, Landschaftsl. in Benrath	
01.08.	Solingen	28.07.	Hans-Jürgen	Etappe Klängenpfadlauf	
22.08.	Solingen		Hans-Jürgen	Trassenlauf	
28.08.	Mühlheim		Hans Drescher	Landschaftslauf	
29.08.	Witzhelden			Sengbachtalsperre	
18.09.	Wuppertal			Rund um die Ronsdorfer Talsp.	
19.09.	Köln			Fühlinger See	
17.10.	Solingen	12.10.		Brückenlauf	
07.11.	Benrath			Martinslauf	s

HM

Termin	Ort	Meldungen an an mich bis	Meldungen und Ansprechpartner	Anmerkung	
03.07.	D.-Himmelgeist			Landschaftslauf	s
01.08.	Solingen	28.07.	Hans-Jürgen	Etappe Klängenpfadlauf	
22.08.	Solingen		Hans-Jürgen	Trasse, Freundschaftslauf	
29.08.	Witzhelden			Rund um die Sengbachtalsperre	
19.09.	Köln			Fühlinger See	
03.10.	Köln			Stadtlauf	s
16.10.	Schmallenberg			Rothaarsteig 22.1 km	
31.10.	Remscheid			Röntgenlauf	
07.11.	Benrath			Martinslauf	s

Marathon

Termin	Ort	Meldungen an an mich bis	Meldungen und Ansprechpartner	Anmerkung	
01.08.	Solingen	28.07.	Hans-Jürgen	Etappe Klängenpfadlauf	
08.08.	Monschau			Anspruchsvoller Landschaftslauf	
29.08.	Simmern		Hans Drescher	Hunsrück Marathon	
12.09.	Münster		Fiona Flesser	Stadtlauf	
03.10.	Köln			Stadtlauf	s
10.10.	Essen			2 Runden Baldeney See	s
16.10.	Schmallenberg			Rothaarsteig	
31.10.	Remscheid			Röntgenlauf	

Ultra

Termin	Ort	Meldungen an an mich bis	Meldungen und Ansprechpartner	Anmerkung
02. - 03. 07.	Ulm		Hans-Jürgen	100 KM , Start 23,00 Uhr
01.08.	Solingen	28.07.	Hans-Jürgen	73,5 KM Klängenpfad, anspruchsvoll
28.08.	Scharnitz		Achim Ploss	52 km Karwendellauf
			Reiner Dettbarn	
31.10.	Remscheid		Hans-Jürgen	63 KM , 100 km Röntgenlauf
13.11.	Troisdorf	30.10.	Hans-Jürgen	6 h , Staffel (4 Teiln.)+ Einzellauf

Sonstige Strecken

Termin	Ort	Meldungen an an mich bis	Meldungen und Ansprechpartner	Anmerkung
28.08.	Niederzier		Joachim Ploos	28 km Landschaftslauf
29.08.	Witzhelden			Rund um die Sengbachtalsperre 11 km
01.08.	Solingen	28.07.	Hans-Jürgen	Etappe Klängenpfadlauf
24.09.	Dormagen			7 Meilen Nachtlaf

Meisterschaften

Termin	Ort	Meldungen an an mich bis	Meldungen und Ansprechpartner	Anmerkung
04.07.	Sapareva Banya Bul		Hans-Jürgen	Berglauf EM
04.09.	Solingen		Hans-Jürgen	Vereinsmeisterschaften
04.09.	Lennestadt/Bielstein		Hans-Jürgen	WFLV Berglauf
10.09.	Ohrdruf		Hans-Jürgen	DM 10 km Strasse
12.09.	Münster		Hans-Jürgen	WFLV Marathon
03.10.	Zell/ Harmersbach		Hans-Jürgen	DM Berglauf Senioren
12.12.	Albufeira Port.		Hans-Jürgen	EM Cross

Bei Teilnahme an Meisterschaften , bitte Meldung mindestens 3 Wochen vor Starttermin
Information und weitere Veranstaltungstermine bitte Rücksprache nehmen

Weitere Termine SLC und der SLC Langlaufgruppe

Termin	Veranstaltung durch	Meldungen an bis	Meldungen und Ansprechpartner	Anmerkung
31.08.-07.09.	SLC Langlaufgruppe		Andrea Friedberger	Bergwandern
09. - 10. 10.	SLC Langlaufgr.	30.09.	Hans-Jürgen	Trainingslager Oberheukelbach
xx.10.	SLC Langlaufgruppe		Hans-Jürgen	Langlaufmeeting
05.12.	SLC Lauftreff			Nikolauslauf
10.12.	SLC Langlaufgr.		Silvia Schütz	Weihnachtsfeier

Veranstaltungen z.Z. noch ohne Termine werden rechtzeitig
allen mitgeteilt

17.04.	Menden / Westf.		Hans-Jürgen	Westd. Langsterckenmeistersch.
18.04.	Bad Lieberzell		Hans-Jürgen	DM Halbmarathon
24.04.	Wintrich Rheinland		Hans-Jürgen	WFLV 10 km Strassenlauf
09.05.	Mainz		Hans-Jürgen	DM Marathon
30.05.	Duisburg		Hans-Jürgen	WFLV Halbmarathon
05.06.	Mühlheim		Hans-Jürgen	DM Berglauf
04.07.	Sapareva Banya Bul		Hans-Jürgen	Berglauf EM
04.09.	Solingen		Hans-Jürgen	Vereinsmeisterschaften
04.09.	Lennestadt/Bielstein		Hans-Jürgen	WFLV Berglauf
10.09.	Ohrdruf		Hans-Jürgen	DM 10 km Strasse
12.09.	Münster		Hans-Jürgen	WFLV Marathon
03.10.	Zell/ Harmersbach		Hans-Jürgen	DM Berglauf Senioren
12.12.	Albufeira Port.		Hans-Jürgen	EM Cross

Bei Teilnahme an Meisterschaften , bitte Meldung mindestens 3 Wochen vor Starttermin
Information und weitere Veranstaltungstermine bitte Rücksprache nehmen

Weitere Termine SLC und der SLC Langlaufgruppe

Termin	Veranstaltung durch	Meldungen an bis	Meldungen und Ansprechpartner	Anmerkung
06.05.	SLC Langlaufgruppe		Hans Reuter	Phototermin
	SLC Langlaufgruppe		Uwe Kauder	Lauf um Bergische Talsperren
03. - 04. 07.	SLC		Hans-Jürgen	SLC Zehnkampf (Empfehlenswert)
xx.06	SLC Langlaufgruppe		Hans-Jürgen	Planung Klängenpfadlauf
xx.07.	SLC Langlaufgruppe		Hans-Jürgen	Langlaufmeeting
31.08.-07.09.	SLC Langlaufgruppe		Andrea Friedberger	Bergwandern
09. - 10. 10.	SLC Langlaufgr.	30.09.	Hans-Jürgen	Trainingslager Oberheukelbach
xx.10.	SLC Langlaufgruppe		Hans-Jürgen	Langlaufmeeting
05.12.	SLC Lauftreff			Nikolauslauf
10.12.	SLC Langlaufgr.		Silvia Schütz	Weihnachtsfeier

Veranstaltungen z.Z. noch ohne Termine werden rechtzeitig
allen mitgeteilt