



JANUAR

| | | |
|--------|--------------------------|--------------|
| 08.01. | Dreiköniginnen-Crosslauf | Grevenbroich |
| 08.01. | Ratinger Neujahrslauf | Ratingen |
| 28.01. | DSD-Crosslauf | Düsseldorf |
| 28.01. | Nike-Winterlaufserie | Duisburg |

FEBRUAR

| | | |
|--------|----------------------|----------|
| 25.02. | Nike-Winterlaufserie | Duisburg |
|--------|----------------------|----------|

MÄRZ

| | | |
|--------|------------------------------------|------------|
| 04.03. | Straßenlauf Rund um das Bayerkreuz | Leverkusen |
| 18.03. | Neandertallauf | Erkrath |
| 24.03. | Nike-Winterlaufserie | Duisburg |
| 25.03. | Frühjahrslauf der TG 1981 | Düsseldorf |

APRIL

| | | |
|--------|--------------------------|------------|
| 07.04. | Benrather Volkslauf | Düsseldorf |
| 15.04. | Lintorfer Citylauf | Ratingen |
| 22.04. | Düsseldorfer Brückenlauf | Düsseldorf |
| 29.04. | METRO-Group Marathon | Düsseldorf |
| 30.04. | Die Breitscheider Nacht | Ratingen |

MAI

| | | |
|--------|---------------------------------------|-----------|
| 01.05. | Osterrather Mailauf | Meerbusch |
| 11.05. | Rosellener Abendlauf | Neuss |
| 16.05. | Galeria Kaufhof Nachtlauf | Köln |
| 26.05. | Volkslauf mit HM im Walddorf Straberg | Dormagen |
| 28.05. | Weezer Pfingsthalbmarathon | Weeze |

JUNI

| | | |
|--------|-------------------------------|------------|
| 01.06. | Gänseliesellauf | Monheim |
| 02.06. | Int. Neusser Sommernachtslauf | Neuss |
| 02.06. | Ruhrbanialauf | Mühlheim |
| 10.06. | Benrather Schlosslauf | Düsseldorf |
| 30.06. | Himmelgeister Halbmarathon | Düsseldorf |

JULI

| | | |
|--------|--------------------------|-----------|
| 06.07. | Aachener Nachtlauf | Aachen |
| 07.07. | Bösinghovener Sommerlauf | Meerbusch |
| 28.07. | Rheinuferlauf | Duisburg |
| 29.07. | Die 10 Meilen von Köln | Köln |

AUGUST

| | | |
|--------|-------------------------|-------------|
| 18.08. | Hitachi Innenhafenlauf | Duisburg |
| 25.08. | Monte Sofia Berglauf | Niederzier |
| 26.08. | Sengbach-Talsperrenlauf | Leichlingen |

SEPTEMBER

| | | |
|--------|-------------------------------|------------|
| 02.09. | Stadtwerke Kö-Lauf | Düsseldorf |
| 09.09. | Herbstlauf der TG 1981 | Düsseldorf |
| 16.09. | Hildanuslauf | Hilden |
| 22.09. | Bunerts Lichterlauf | Duisburg |
| 28.09. | 7 Meilen von Zons (Nachtlauf) | Dormagen |
| 30.09. | Grafenberger Waldlauf | Düsseldorf |

OKTOBER

| | | |
|--------|------------------|------------|
| 14.10. | RWE-Marathonlauf | Essen |
| 14.10. | Köln Marathon | Köln |
| 27.10. | DSD-Ostparklauf | Düsseldorf |

NOVEMBER

| | | |
|--------|----------------------------|------------|
| 11.11. | Martinslauf | Düsseldorf |
| 17.11. | Neusser Erftlauf | Neuss |
| 25.11. | Winterlaufserie Leverkusen | Leverkusen |

DEZEMBER

| | | |
|--------|-------------------------------------|------------|
| 08.12. | TG-Nikolauslauf | Neuss |
| 16.12. | Winterlaufserie Leverkusen | Leverkusen |
| 16.12. | Internationaler Aachener Winterlauf | Aachen |
| 31.12. | Essener Silvesterlauf | Essen |



Ein Klick auf die jeweilige Veranstaltung und du gelangst zum Web-Auftritt des Veranstalters