



30. Laufsportkalender www.SLB-Saarland.com





#### Allgemeine Informationen zu den Veranstaltungen



Das sollten Sie wissen:

Alle hierin aufgeführten Veranstaltungen sind "genehmigte DLV-Laufveranstaltungen", sie tragen eine der nachstehend abgebildeten Logos. Zum Sammelbegriff "DLV-Laufveranstaltungen" gehören auch das Volkswandern, Volksgehen, Jogging und Traben sowie Walking und Nordic-Walking. Unsere Veranstaltungen sind offen für Jedermann. Eine Mitgliedschaft in einem Verein ist nicht erforderlich.

Wir bitten um Ihr Verständnis, wenn wir darauf hinweisen, dass wir keine Gewähr dafür übernehmen können, ob alle in diesem Laufkalender abgedruckten Veranstaltungen auch tatsächlich stattfinden. Für Detailinformationen wenden Sie sich bitte an die lokalen Veranstalter.

**Wichtiger Hinweis:** Alle Veranstaltungen ohne offizielle Genehmigung sind "wilde" Volksläufe ohne Versicherungsschutz über den Rahmenvertrag des SLB mit der Sportversicherung ARAG. Der SLB ist als Fachverband Mitglied im Landessportverband. Veranstalter, welche sowohl beim LSVS als auch beim SLB Mitglied sind, fallen unter diesen Rahmenvertrag.



Der Trailrun wird in der Regel auf unbefestigten Wegen ausgetragen. Die Streckenlängen gehen bis zu Ultradistanzen. Beliebteste Untergründe sind hier Singletrails, Geröllpfade, Wälder, Wiesen oder Sand.



Nicht offiziell vermessene Laufveranstaltungen

Bei den reinen Laufveranstaltungen (nicht offiziell vermessene Laufveranstaltungen) werden im Gegensatz zu den Spaßläufen die Zeiten der einzelnen Teilnehmerinnen und Teilnehmer ermittelt. Die Läufe selbst werden unter anderem auf Waldwegen, Spazierwegen, Straßen, Parkanlagen oder aus einer Kombination der verschiedenen Beläge ausgetragen. Die Streckenlängen bewegen sich hier in der Regel zwischen 5 Kilometern und der Marathondistanz von 42,195 Kilometern.



Offiziell vermessene Laufveranstaltungen

Offiziell vermessene Laufveranstaltungen unterscheiden sich in dem Sinne von nicht offiziell vermessenen Laufveranstaltungen dadurch, dass sie Bestenlisten-fähig sind. Dies bedeutet, wenn ein Teilnehmer für einen Mitgliedsverein des SLB startet, wird seine erzielte Zeit für die saarländische Bestenliste gewertet. Vereinslose Läuferinnen und Läufer können an diesen Läufen ebenfalls teilnehmen, werden jedoch nur in der Veranstalter-Ergebnisliste gewertet.



#### Crosslauf

Überwiegend im Frühjahr werden Cross- bzw. Querfeldeinläufe ausgetragen. Diese koordinativ anspruchsvolle Wettkampfform findet in der Regel auf profiliertem Gelände statt. Im Idealfall wird über Wiesen gelaufen, alternativ auch durch Waldstücke. Natürliche Hindernisse wie Wurzeln, Steine oder ähnliches werden ebenfalls in den Lauf eingebaut. Die Rundstrecken von Crossläufen haben eine Distanz von 1750 bis 2000 Meter und werden bei der Langstrecke bis zu 5 Mal gelaufen.



#### Berglauf

Die Definition für Bergläufe ist seit wenigen Jahren durch den DLV festgelegt. Durch die Topographie im Saarland kann seit dieser Festlegung kein offizieller Berglauf mehr veranstaltet werden. Trotzdem bieten die Veranstalter weiterhin ihre Laufveranstaltungen als Bergläufe an. Diese haben zum Teil Bergauf- und Bergabpassagen im Programm.



## Hindernislauf

Die Hindernisläufe im aktuellen Kalender unterscheiden sich massiv von den Hindernisläufen der Leichtathletik. Sie werden oft auf stillgelegten Militärgeländen oder ähnlichem Untergrund veranstaltet. Die Herausforderung hierbei besteht im Überwinden von verschiedensten Hindernissen wie Wänden, Bunkern oder das Durchtauchen von Schlammlöchern, etc.



## Freundschaftsläufe

Nach den DLV - Richtlinien zum Aufbau der Lauftreffs werden auch die Freundschaftsläufe veranstaltet. Das heißt, es gibt keine Zeitnahme, Außerdem wird in verschiedenen Leistungsgruppen gelaufen. Diese Gruppen laufen verschiedene Distanzen zwischen 6 und 12 Kilometern (ggf. auch längere Distanzen). Eine große Anzahl an Freundschaftsläufen gibt es in dieser Form nur im Saarland



#### Sonstige Läufe

In den letzten Jahren haben sich im Saarland noch weitere Formen von Laufveranstaltungen entwickelt. Teilweise als Benefizlauf oder auch als eine Art Freundschaftslauf. Diese Veranstaltungen unterscheiden sich aber z.B. durch Rundenlaufen im Park und längere Laufzeiten vom klassischen Freundschaftslauf.



Malking und/oder Nordic Walking werden angeboten.



Meisterschaften, z.B. Saarland-, Deutsche-, u.s.w.



Strecke ist auch für Rollstuhlfahrer geeignet.

#### **IMPRESSUM**

#### Redaktion und Verteilung:

Saarländischer Leichtathletik-Bund e.V. | Hermann-Neuberger-Sportschule 7 | 66123 Saarbrücken E-Mail: info@slb-saarland.de | Telefon: 0681-3879-273 Stv. SLB-Präsident Raphael Schäfer

Satz: Hawner Design | Auflage: 5 000 Stück | Erscheinung: jährlich

#### Samstag

#### 33. Mitlosheimer Silvesterlauf

Spielvereinigung Mitlosheim e.V. 🖂 Hermann Hoff, Langenwäldchen 23, 66679 Losheim am See

2 06872-4587 | E-Mail: hoff.hermann@t-online.de

Webseite: www.spvgg-mitlosheim.de 66679 Mitlosheim | Startzeit: 13:30h Schülerlauf 2,8 km, Hauptlauf 7,3 km

Januar















#### **Montag**

#### 15. Ferraro Gutsweiherlauf

VfA Neunkirchen Marietta Hosemann, Lattenbüsch 8, 66539 Neunkirchen

2 06821-31129 E-Mail: info@vfa-neunkirchen.de

Webseite: www.vfa-neunkirchen.de 66538 Neunkirchen | Startzeit: 10:00h

10 km Laufen, 2 km Schüler, 5 km Walken

**Februar** 













#### Sonntag

#### 16. Kaltenstein-Crosslauf

LFT Theeltal MRuth Lauermann, Geranienweg 8, 66822 Lebach

2 0157-82453278 | E-Mail: r.lauerm@gmx.de

Webseite: www.ltf-theeltal.de 66822 Lebachl Startzeit: 11:00h

800m, 1600m, 2800m, 4800m, 6000m, 10 km

März

Samstag













## IKK Run Up 21. Freundschaftslauf TV Rußhütte

TV Rußhütte ⊠ Jürgen Ackermann, Ürziger Weg 14, 66113 Saarbrücken

2 0681-73814 | E-Mail: juergenackermann1@gmx.de

66113 Saarbrücken | Startzeit: 15:00h

Gruppenläufe von 5 bis 10 km Laufen und Walken

März



















Samstag Dienstag **SLB Laufabzeichenaktion** Saarländischer Leichtathletik-Bund M Jürgen Ackermann, 16. bis 30. Herrmann-Neuberger-Sportschule, 66117 Saarbrücken E-Mail: juergenackermann1@gmx.de Webseite: www.slb-saarland.com überall im Saarland März **April** 

#### **Sonntag**

#### 18. GO Halbmarathon

SV GO! Saar05 Saarbrücken M Bernd Coen, Deutschmühltal 19, 66117 Saarbrücken

2 0681-93613324 | E-Mail: vorsitzender@saar05-leichtathletik.de

Webseite: saar05-leichtathletik.de

66111 Saarbrücken | Startzeit: 09:00h

Halbmarathon

März



#### Sonntag

#### 3. IKK Wendalinus Radweglauf

LTF Marpingen Morsten Mayer, Remmesweilerstr. 16a, 66646 Urexweiler 2 0157-58770989 E-Mail: thorstenmayer1980@gmx.de

Webseite: https://volkslauf.ltf.de 66606 Sankt Wendel | Startzeit: 09:30h

1 km. 5 km und 10 km

März



#### Samstag

#### 6. Lauftrefferöffnung der LAG Saarbrücken

LAG Saarbrücken Dirk Eichler-Uebel, Auf der Teufelsinsel 8, 66386 Sankt Ingbert 2 0173-3090001 | E-Mail: dirk.eichler-uebel@lag-saarbruecken.de

Webseite: www.saarbrueckenlauf.de 66123 Saarbrücken | Startzeit: 15:00h

6,8 und 10 km

April



# Samstag

#### 6. Hartfüßler Halden Inferno

Hartfüßler Trail e.V. Mehendrik Dörr, Feldstr. 24, 66292 Riegelsberg

2 0773 468800 E-Mail: info@hartfuesslertrail.de

Webseite: www.hartfuessler.de 66806 Ensdorf | Startzeit: 20:00h

10-Stunden-Lauf















**April** 













Sonntag

#### 24. Zwei-Seen-Panorama-Erlebnislauf

VfR Alemania 1921 Otzenhausen Markus Hoffmann, Zum Dollberg 13, 66620 Otzenhausen 2 0157 35492566 | E-Mail: markus.hoffmann.cp@gmx.de

Webseite: www.zwei-seenlauf.de

66620 Otzenhausen | Startzeit: 09:30h

12 + 18 km Walking, 18 + 32 km Lauf

April





















11. Garten-Reden-Haldenlauf-Event

TG Landsweiler-Reden 🖂 Gerd Kirsch, Kapellenstr., 66589 Merchweiler 2 0179 5978646 | E-Mail: GerdKirsch@gmx.de

66578 Landsweiler-Reden | Startzeit: 08:00h 5 km, 10 km, 10 km Berglauf

April



#### **Freitag**

#### 3. St. Ingberter Frühlingslauf

26.

DJK SG St. Ingbert Thomas Gleßner, Otto-Toussaint-Straße 7, 66386 Sankt Ingbert

2 0157 74478495 | E-Mail: gastroganoff@aol.com

Webseite: www.djksg1963.de

66386 Sankt Ingbert | Startzeit: 16:00h

1.2 km, 4.9 km und 9.7 km

April



#### **Sonntag**

#### 16. Globus-Marathon

28.

Kreistadt St. Wendel Marker Remmesweilerstr. 16a, 66646 Urexweiler

2 0157 58770989 | E-Mail: thorstenmayer1980@gmx.de

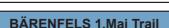
Webseite: www.sankt-wendel.de/sport-freizeit/globus-marathon

66606 Sankt Wendel | Startzeit: 09:15h

10 km, Halbmarathon, Marathon

April

Mittwoch



Bärenfels Team 🖂 Robert Feller, Robinson Road 1, 55768 Neubrücke 2 0151 11198800 | E-Mail: robodog11x@googlemail.com

Webseite: www.baerenfelslauf.de

66625 Neubrücke | Startzeit: 09:00h

11, 21, 42 und 55 km

Mai



# Sonntag

#### 3. Viki Peaks

Hartfüßler Trail e.V. Mehendrik Dörr, Feldstr. 24, 66292 Riegelsberg

2 0773 468800 E-Mail: info@hartfuesslertrail.de

Webseite: www.hartfuessler.de 66806 Ensdorf | Startzeit: 10:00h

5, 10, und 15 km

Mai











**Sonntag** 

## 36. Sparkassen City-Lauf

SV GO! Saar05 Saarbrücken 🖂 Bernd Coen, Deutschmühltal 19, 66117 Saarbrücken

2 0681-93613324 | E-Mail: vorsitzender@saar05-leichtathletik.de

Webseite: saar05-leichtathletik.de

66111 Saarbrücken | Startzeit: 09:30h

10 km

Mai





















FIRMEN

HOMBURG

2024



WWW.FIRMENLAUF-HOMBURG.DE

MI. 29. MAI | 18 UHR



FIRMEN LAUF

SAARBRÜCKEN

2024



WWW.FIRMENLAUF-SB.DE

DO. 13. JUNI | 18 UHR

## Samstag

18

Mai

Samstag

#### 5. Halden Mohikaner

Hartfüßler Trail e.V. Mehendrik Dörr, Feldstr. 24, 66292 Riegelsberg

2 0773 468800l E-Mail: info@hartfuesslertrail.de

Webseite: www.hartfuessler.de

66806 Ensdorf | Startzeit: 09:30h

Last one standing

# 21. Saarbrücker Frauenlauf

Frauenbüro der Landeshaupstadt Saarbrücken 🖂 Ingeborg Guldner, Rathaus St. Johann, 66111 Saarbrücken 2 0681 905-1649 | E-Mail: frauenbuero@saarbruecken.de 25.

Webseite: www.saarbruecker.frauenlauf.de

66111 Saarbrücken | Startzeit: 15:00h

4,5 km oder 10 km

Mai



#### Mittwoch

#### 12. Saar-Mobil Firmenlauf Homburg

29.

n plus sport GmbH 🖂 Lea Barth, Großherzag-Friedrich-Straße 100, 66121 Saarbrücken

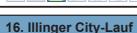
2 0681 9685380 E-Mail: firmenlauf-homburg@nplussport.de

Webseite: www.firmenlauf-homburg.de

66424 Homburg | Startzeit: 18:00h 5 km

Mai

Samstag



LLG Wustweiler Meinz Schuh, Industriestr. 14a, 66557 Illingen 2 0163 4294094 | E-Mail: vorsitzender@llgwustweiler.de Webseite: www.llgwustweiler.de/veranstaltungen/illinger-city-lauf/ 66557 Illingen | Startzeit: 14:30h

500m, 2 km, 5km und 10 km

Juni

#### Sonntag

#### 2. Freundschaftslauf - Lauffreunde TV Walpershofer

Lauffreunde TV Walpershofen ⊠ Frank Fillgraff, Rudolf-Diesel-Str. 3, 66346 Püttlingen

2 0680 69829313 E-Mail: lauffreunde.tvwalpershofen@gmail.com Webseite: saar05-leichtathletik.de

66346 Püttlingen | Startzeit: 11:00h

6. 7. 8 und 12 km

Juni



## **Freitag**

#### 31. Freundschaftslauf

LTF Selbach Gabi Haupenthal, Blumenstraße 32, 66625 Selbach

2 06875 1610 | E-Mail: gabihaupenthal@gmail.com

Webseite: www.llgwustweiler.de/veranstaltungen/illinger-city-lauf/ 66625 Selbach | Startzeit: 19:00h

6 bis 10 km

Juni





















# **Dienstag**

6. saarBRÜCKENlauf

LAG Saarbrücken 🖂 Dirk Eichler-Uebel, Auf der Teufelsinsel 8, 66386 Sankt Ingbert

2 0173-3090001 | E-Mail: dirk.eichler-uebel@lag-saarbruecken.de

Webseite: www.saarbrueckenlauf.de 66123 Saarbrücken | Startzeit: 10:00h

10 km und 20 km

Juni















#### **Dienstag**

#### 4. Bärenfels Nahsteig Marathon

Bärenfels Team Robert Feller, Robinson Road 1, 55768 Neubrücke

☎ 0151 11198800 | E-Mail: robodog11x@googlemail.com

Webseite: www.baerenfelslauf.de

66625 Neubrücke | Startzeit: 07:00h

21 und 42 km

Juni



#### Donnerstag

#### 6. dm Firmenlauf Saarbrücken

n plus sport GmbH ⊠ Carla Singelmann, Großherzog-Friedrich-Straße 100, 66121 Saarbrücken

2 0681 9685380 E-Mail: firmenlauf-sb@nplussport.de

Webseite: www.firmenlauf-sb.de

66121 Saarbrücken | Startzeit: 18:00h

5 km

Juni















# **Freitag**

#### Stadtlauf

FC Noswendel Wadern und Stadt Wadern 🖂 Joachim Salina, In den langen Feldern 6, 66687 Wadern

2 06871 8270 | E-Mail: joachim.salina@gmx.de

Webseite: www.fc-noswendel-wadern.de

66687 Wadern | Startzeit: 17:00h

10 km

Juni

















# **Sonntag**

#### 1. Freundschaftslauf der LTF Köllertal

LTF Köllertal ⊠ Ernst Josef Behmer, Lindenstraße 36, 66292 Riegelsberg 2 0680 6987150 | E-Mail: ernst-josef.behmer@ltf-koellertal.de

Webseite: www.ltf-koellertal.de

66333 Völklingen | Startzeit: 09:00h

6-10 km

















#### Juni

#### Samstag

#### 37. Marpinger IKK Freundschaftslauf

22.

LTF Marpingen Thorsten Mayer, Remmesweilerstr. 16a, 66646 Urexweiler

2 0157-58770989 E-Mail: thorstenmayer1980@gmx.de

Webseite: www.ltf.de

66646 Marpingen | Startzeit: 15:00h verschiedene Streckenlängen

Juni





















# UNO URBAN CROSS LAUF LAZ Saarbrücken Achim Hachenthal, Krämersweg 10, 66123 Saarbrücken Pol 171 1720815 | E-Mail: info@evact.de Webseite: www.uno-urban-cross.de 66111 Saarbrücken | Startzeit: 10:00h 3 km, 5 km, 10 km

#### **Freitag**

#### 4. Losheimer Trailfest

28.

Hartfüßlertrail e.V. 🖂 Hendrik Dörr, Feldstr. 24, 66292 Riegelsberg

2 0177 3468800 | E-Mail: trailfest@hartfuesslertrail.de

66679 Losheim am See | Startzeit: 18:00h Läufe über 11, 23, 45 und Ultra

Juni

# ĭ **∞** × 6. **À** × **△** ? **※** 🔊 ...

#### **Freitag**

#### 39. levoBank Stadtlauf des TV Lebach

TV Lebach 🖂 Udo Schwinn, Friedensstr. 37, 66822 Lebach

2 06881-4982 | E-Mail: laufen@tv-lebach.de

Webseite: www.tv-lebach.de/laufen/levobank-stadtlauf.html

66822 Lebach | Startzeit: 17:00h 2 km , 5 km, 10 km

Juni

28.



## Samstag

#### 10. Freundschaftslauf LT Rennschnecke Dudweiler

29.

LT Rennschnecke Dudweiler 🖂 Tanja Zubiller, Gehlenbergstr. 45, 66125 Saarbrücken

🖀 06897-728287 | E-Mail: t.zubiller@gmail.com

Webseite: rennschnecke-dudweiler.de

66125 Dudweiler | Startzeit: 15:00h

Gruppenlauf 6 - 10 km Laufen + 4 km Walken

Juni

#### Sonntag

## Bärenfels 84 km Nahesteig Trail

30.

Bärenfels Team 🖂 Robert Feller, Robinson Road 1, 55768 Neubrücke

☎ 0152 03212312 | E-Mail: robodog11x@googlemail.com

Webseite: www.baerenfelslauf.de

66625 Neubrücke | Startzeit: 06:00h

21, 42 oder 84 km

Juni



## Freitag

#### 1. Spendenlauf LT Phoenix Dudweiler

12.

LT Phoenix Dudweiler 🖂 Agnes Bender-Rauguth, Kalkofenstraße 46a, 66125 Saarbrücken

🖀 06897 9529897 | E-Mail: benderrauguth55@gmail.com

Webseite: www.LTPhoenixDudweiler.de

66125 Dudweilerl Startzeit: 17:00h

beliebig auf 2 km Runden

Juli





#### **Freitag** Saarland Mittelpunktlauf SV Habach M Benedikt Thiel, Am Michelswald 7, 66571 Eppelborn 12. 2 0177 4086434 | E-Mail: geschaeftsfuehrer@sv-habach.de Webseite: sv-habach.de 66571 Habach | Startzeit: 18:00h Juli

#### **Sonntag**

#### 1. Bescher Volkslauf

Athletic Perl Markus Krempchen, Schubertweg 7b, 66693 Orscholz

2 0171 9749816 | E-Mail: trailducks@yahoo.de

Webseite: www.trailducks.de

66706 Perl | Startzeit: 09:00h

10 km















# Sonntag

Juli

#### **BÄRENFELS SOMMERTRAIL**

Bärenfels Team 🖂 Robert Feller, Robinson Road 1, 55768 Neubrücke 2 0152 03212312 | E-Mail: robodog11x@googlemail.com Webseite: www.baerenfelslauf.de

66625 Neubrücke | Startzeit: 06:00h 12, 21,42 oder 63 km

Juli















## **Sonntag**

#### deko Volkslauf

FC Noswendel Wadern 🖂 Joachim Salina, In den langen Feldern 6, 66687 Wadern 2 06871-8270 | E-Mail: joachim.salina@gmx.de

Webseite: www.fc-noswendel-wadern.de

66687 Wadern | Startzeit: 09:15h

5 km, 10 km

Juli















# **Donnerstag**

#### 25. Altstadtlauf LAC Saarlouis

15.

LAC Saarlouis Ulrike Julien, Bistener Str. 3, 66740 Saarlouis 2 06831-49531 | E-Mail: ulrike.julien@yahoo.de

Webseite: www.altstadtlauf-saarlouis.de

66740 Saarlouis | Startzeit: 17:15h

1 km, 4,5 km, 10 km

August















Sonntag

#### 12. RAG Hartfüßlertrail

25.

Hartfüßler Trail e.V. Mendrik Dörr, Feldstr. 24, 66292 Riegelsberg 2 0177 3468800 | E-Mail: hendrik@hartuesslertrail.de

Webseite: www.hartfuesslertrail.de/infos 66111 Saarbrücken | Startzeit: 08:00h

August

























# Samstag

August

#### LimLauf 2024

TV Limbach ⊠ Rainer Huwer, Hauptstr. 90, 66459 Kirkel

2 06841-81179 | E-Mail: r.huwer@tv-limbach.de

Webseite: www.tv-limbach.de

66459 Kirkel-Limbach | Startzeit: 17:00h

2 km Schüler, 5.3 km, 10 km, Halbmarathon

#### Samstag 14. Lebacher Lionslauf

2 0157 82453278 | E-Mail: r.lauerm@gmx.de

Lionsclub/LTF Theeltal 🖂 Ruth Lauermann, Geranienweg 8, 66822 Lebach

Webseite: www.ltf-theeltal.de

66822 Lebach | Startzeit: 06:00h

12 Stundenlauf

August

#### Sonntag

#### 8. Saarschleifen Land-Lauf

Merziger Sport- und Freizeitverein ⊠ Silvia Schamper, Rotensteinerweg 21, 66663 Merzig 2 06872-2512 | E-Mail: silvia@schamper.eu Webseite: merziger-sport-freizeitverein.de

66663 Merzig | Startzeit: 09:15h 5 km, 15 km, Halbmarathon

September















#### **Sonntag**

#### 2. Kulinarischer Kirmeslauf Sulzbach

Stadt Sulzbach M Florian Kern, Sulzbacherstr. 81, 66280 Sulzbach 2 01577 598361 | E-Mail: fl.kern@gmx.de

Webseite: www.vereine-sulzbach.de 66280 Sulzbach | Startzeit: 12:00h

September















# **Donnerstag**

#### 32. Fohlenhoflauf

05.

CJD Homburg 🖂 Fabian Nimsgern, Einöder Str. 80, 66424 Homburg

2 06841-691449 | E-Mail: fabian.nimsgern@cjd.de

Webseite: www.cjd-homburg.de

66424 Homburg-Schwarzenacker | Startzeit: 18:00h

2 km, 4 km, 5 km und 10 km

September















Samstag

#### 33. Freundschaftslauf

LTF Mauschbach M Klaus-Dieter Schreyer, Weiherstr. 30, 66640 Namborn

2 06857-5023 | E-Mail: kschreyer@t-online.de

66640 Namborn | Startzeit: 15:00h

7 km bis 11 km

September



















Bisttal Runners 🖂 Ute Zöllner, Höhenstr. 14, 66787 Wadgassen

2 0170 1134718 | E-Mail: schramm.manfred@kabelmail.de

September

4, 5, 6, 8, und 10 km Freundschaftslauf

#### **Sonntag**

#### **CEB Saarwiesenlauf**

66787 Wadgassen | Startzeit: 10:00h

22. Freundschaftslauf

15.

LV Merzig Karl-Heinz Schneider, von-Boch-Str. 72, 66663 Merzig

2 0171 2374334 | E-Mail: khs-merzig@gmx.de

Webseite: lv-merzig.de

66663 Merzig | Startzeit: 09:45h

1, 8, 5 und 10 km

#### September













# Samstag

#### **Altstadtlauf**

TV Ottweiler Otto Lauermann, Anemonenweg 8, 66564 Ottweiler

2 06824-3335 | E-Mail: otto.lauermann@gmx.de

Webseite: www.tvo-leichtathletik.de 66564 Ottweiler | Startzeit: 15:30h 2,5, 5 und 10 km + Schülerläufe

September

















# Sonntag

#### 43. Saaraltarmlauf

LSG Saarlouis Andreas Berdin, Hochstraße 53, 66740 Saarlouis 2 06831-82723 | E-Mail: info@lsg-saarlouis.de

66740 Saarlouis | Startzeit: 09:30h 5 und 10 km

September















# **Sonntag**

#### 8. Sechs-Stunden-Urwaldlauf

Hartfüßlertrail e.V. Mendrik Dörr, Feldstr. 24, 66292 Riegelsberg

2 0177 3468800 | E-Mail: hendrik@hartuesslertrail.de

Webseite: urwaldlauf.de

66111 Saarbrücken | Startzeit: 10:00h

6 Stundenlauf

Oktober















# **Sonntag**

#### 36. Saarbrücker Sparkassen Westspangenlauf

LAG Saarbrücken Dirk Eichler-Uebel, Auf der Teufelsinsel 8, 66386 Sankt Ingbert 2 0173 3090001 | E-Mail: dirk.eichler-uebel@lag-saarbruecken.de

Webseite: www.saarbrueckenlauf.de

66123 Saarbrücken | Startzeit: 09:30 h 5 km, 10 km, Halbmarathon, Marathon

Oktober























#### Samstag

#### 16. Benin-Benefiz Lauf

19.

LLG Wustweiler ⊠ Heinz Schuh, Industriestr. 14a, 66557 Illingen 2 0163 4294094 | E-Mail: vorsitzender@llgwustweiler.de Webseite: www.llgwustweiler.de/veranstaltungen/benin-lauf/ 66557 Hirzweiler | Startzeit: 14:45h 500m, 2 km, 5 km und 10 km

Oktober

**Donnerstag** 

# 18. Halloween-Lauf

LG Reimsbach-Oppen ⊠ Jürgen Ehl, Losheimerstraße 46, 66701 Beckingen 2 0178 3437623 | E-Mail: thiasehl@t-online.de 66701 Oppen | Startzeit: 18:00h 750m bis 5.1km

Oktober













☆ 📐 🔼 🥝 😽 💁



# Samstag

## 20. Freundschaftslauf der LLG Wustweiler

02.

LLG Wustweiler Meinz Schuh, Industriestr. 14a, 66557 Illingen 2 0163 4294094 | E-Mail: vorsitzender@llgwustweiler.de Webseite: www.llgwustweiler.de/veranstaltungen/freundschaftslauf/

66557 Illingen | Startzeit: 15:00h

Gruppenläufe 5 km bis 11km

November

















**Sonntag** 

#### 34. Internationaler Martinslauf

TV Losheim Arno Thieser, Im Haag 59, 66679 Losheim am See 2 06872-91166 | E-Mail: Martinslauf@TV-Losheim.de

66679 Losheim am See | Startzeit: 09:30h 2.5 km und 10 km

November

















November

#### Crosslauf

TV Elm Sarah Martini, Jahnstr. 12, 66773 Schwalbach

2 0173 6715286 | E-Mail: Sarah.Martini@tvelm.de

Webseite: www.tvelm.de

66773 Elm | Startzeit: 10:15h

Kurz-, Mittel- und Langstecke













#### Samstag

#### 7. Hartfüßlers Halden Sundowner

23.

Hartfüßlertrail e.V. Mehendrik Dörr, Feldstr. 24, 66292 Riegelsberg

2 0177 3468800 | E-Mail: info@hartfuesslertrail.de

Webseite: www.hartfuessler.de/hhs 66287 Göttelborn | Startzeit: 12:00h

Freundschaftslauf, 6.7 km

November















# Samstag

#### Glühweinlauf Hemmersdorf

23.

KV Niedtal Saargau Michael Nagel, Lessingstr. 3, 66773 Schwalbach

2 01522 4357337 | E-Mail: nagelm75@web.de

66780 Hemmersdorf | Startzeit: 14:00h 5 km und 10 km Freundschaftslauf

November

















#### **Sonntag**

#### 30. Ford Adventlauf-Lauf

SV GO! Saar05 Saarbrücken M Bernd Coen, Deutschmühltal 19, 66117 Saarbrücken

2 0681/93613324 | E-Mail: vorsitzender@saar05-leichtathletik.de

Webseite: saar05-leichtathletik.de

66111 Saarbrücken | Startzeit: 10:30h

10 km

Dezember













**Sonntag** 

#### 3. Internationaler Nikolaus Perl Cross

Athletic Perl Markus Krempchen, Schubertweg 7b, 66693 Orscholz

2 0171 9749816 | E-Mail: trailducks@yahoo.de

Webseite: www.trailducks.de

66706 Perl | Startzeit: 10:00h

Kurz-, Mittel- und Langstecke

Dezember















Samstag

#### Nachtwächterlauf

TV Ottweiler M Otto Lauermann, Anemonenweg 8, 66564 Ottweiler

2 06824-3335 | E-Mail: otto.lauermann@gmx.de

Webseite: www.tvo-leichtathletik.de

66564 Ottweiler | Startzeit: 17:30h

5 km und 10 km

#### Dezember





















15.

Dezember

#### 3. X-MAS Trail

Hartfüßlertrail e.V. Mehendrik Dörr, Feldstr. 24, 66292 Riegelsberg

2 0177 3468800 | E-Mail: hendrik@hartuesslertrail.de

Webseite: www.hartfuessler.de/x-mas-trail

66679 Losheim am See | Startzeit: 09:00h 13,5 km, 30 km und 45 km













#### **Dienstag**

#### 22. Bärenfels Heiligabend Lauf

24.

Bärenfels Team ⊠ Robert Feller, Robinson Road 1, 55768 Neubrücke 2 0152 03212312 | E-Mail: robodog11x@googlemail.com Webseite: www.baerenfelslauf.de

66625 Neubrücke | Startzeit: 08:00h

Marathon und 8.5 km

Dezember













#### **Sonntag**

#### 50. Internationaler Sparverein Silvesterlauf Saarbrücken

LSG Saarbrücken-Sulzbachtal Manfred Kölzer, Oberdorfstr. 34, 66280 Sulzbach 2 0175 533 5000 | Manfred.Koelzer@web.de Webseite: www.lsg-sb-sulzbachtal.de

66111 Saarbrücken | Startzeit: 12:15h verschiedene Schülerläufe 4.4 km und 10 km

Dezember



















# ALLES MOGLICH!



2 Millionäre







Sie sind aktives Mitglied in einem Sportverein? Das ist uns bares Geld wert. Mit unserem IKK Gesundheitsbonus erstatten wir Ihnen jährlich bis zu 120 Euro für Ihre Vereinsmitgliedschaft.

Mehr Infos unter www.ikk-suedwest.de

