

Juli 2022							
KW	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
26				1	2	3	
27	4	5	6	7	8	9	10
28	11	12	13	14	15	16	17
29	18	19	20	21	22	23	24
30	25	26	27	28	29	30	31

Laufkalender 2022

Jul

Ständige Aktualisierung des Laufkalenders unter www.bayerischelaufzeitung.de



Kids bis 5 bis 10 bis 21 bis 42 Ultra

Stand: 20.06.2022

01.07.	Obb	Waldkraiburg	Sternaler-Benefizlauf	1,4 km-Runde					www.sterntaler-waldkraiburg.de
01.07.	Obb	Traunreut	Stadt/Firmenlauf	0,7	7				www.stadtlauf-traunreut.de
01.07.	Ufr	Kitzingen	Krankenhauslauf		6,9	13,8			www.k-kl.de/gesund-bleiben/krankenhauslauf/
01.07.		Salzburg/A-Salzb.	Herzlauf		400m-Runde				www.herzlauf.at/salzburg
01.07.		St. Pölten/A-Niederösterreich	Spartanrace	0,8 +	5	13		12 Std.	www.spartanrace.de
01.07.		Brixen/I	Womensrun		4,2				www.brixenmarathon.it
02.07.		Brixen/I	Brixen Dolomiten Marathon	2,5		22/29	42	84	www.brixenmarathon.it
02.07.	Mfr	Dinkelsbühl	30. Staffellauf		4 x 3 km				www.dinkelsbuehler-staffellauf.de
02.07.	Mfr	Roth	Challenge Women		5				www.challenge-women.de
02.07.	Mfr	Weisendorf	Hochstrassenlauf	0,3 +	4,5	7/10			www.heimatverein-weisendorf.de
02.07.	Ndb	Fürstenstein	Fürstenstein läuft	0,3 +	5	10			www.fuerstenstein-laeuf.de
02.07.	Ndb	Unterneuhausen	Minicrosslauf	2,5	4				www.minicrosslauf.de
02.07.	Obb	Attel	Attler Lauf	1	5	10			www.attler-lauf.de

02.07.	Opf	Schwandorf	Charity-Stadtlauf	0,5	5	10			www.charitylauf-schwandorf.de
02.07.		Bad Blumau/A-Steiermark	6/12/24-Stundenlauf						www-24-stundenlauf.at
02.07.		Fröttstädt	Thüringen Ultra				100		www.thueringenultra.de
02.07.		Kolsass-Weer/A-Tirol	Hängebrückentrail		4,3	7,4	12,6		www.laufteam-kolsass-weer.at
02.07.		Hinterstoder/A-Oberösterreich	Totale Berglauf		8,5/1400 HM				www.hiwu.at
02.07.		Innsbruck/A-Tirol	Stubai Ultratrail					68	www.stubai-ultratrail.at
02.07.		Pontresina/CH	Bernina Ultraks	1 +			16	30	www.bernina.ultraks.com
02.07.		Schardenberg/A-Oberöst.	Sauwald Trail			13		46	www.sauwaldtrail.at
02.07.		Zermatt/CH	20. Zermatt Marathon				21	42	www.zermattmarathon.ch
03.07.	Mfr	Marktbergel	Petersberg Crosslauf	0,4+	5	10,4			www.tsvmarktbergel.de

03.07.	Obb	Dorfen	Stadtlauf	0,6 +	5	10			www.stadtlauf-dorfen.de
02.07.	Obb	Königsdorf	Lebenslauf - Benefizlauf	1 km Runde mehrfach			nicht bestätigt		www.lebenslauf.blutev.de
03.07.	Obb	Hohenaschau	35. Kampenwandlauf		6/830 HM				www.kampenwandlauf.de
03.07.	Obb	Murnau/Staffelsee	1. Schorsch-Lochner-Gedächtnislauf		10				www.lgstaffelseemurnau.run
03.07.	Obb	Oberndorf b.Haag	Jubiläumslauf 60 Jahre DJK-SVO		6				www.djksvo.de
03.07.	Obb	Wolfratshausen	Stadtlauf	0,4 +	5	10			www.stadtlauf.net
03.07.	Ofr	Coburg	40.Veste Lauf	0,4 +	5	10			www.veste-lauf.de
02.07.	Schw	Nesselwang	Familien/Firmenlauf	0,3 +	5,3	10		nicht bestätigt	www.laufarenaallgaeu.de
03.07.	Ufr	Hambach	Night Run	nicht bestätigt	1,6 +	8	15,6		www.hambach-night-run.de

03.07.		Arzl-Pitztal/A-Tirol	Gletschermarathon	1	5,5	11/21	42		www.gletschermarathon.at
03.07.		Neustift/A-Tirol	Stubai K9,K20,K32		9	20	32		www.stubai-ultratrail.at
03.07.		Seiser Alm/I	Halbmarathon		21/601 HM				http://running.seiseralm.it/de/halbmarathon.h
03.07.		Steinbach a.Attersee/A-Oberöst.	Dorflauf	>> 25.06.2022	0,3 +	5,5	11		https://www.steinbacher-sportverein.at/dorflauf/
04.07.	Obb	Bernau	Kampenwand Staffellauf		9,2 (6,1 + 3,1)/930 HM				www.slv-bernau.de
03.07.	Obb	Fürstenfeldbruck	Stadt/Gesundheitslauf	0,2 +	5	10	21	nicht bestätigt	www.hardys-freizeit.de
03.07.	Schw	Oberstdorf	Nebelhornberglauf	Abgesagt	10,5/1405 HM				www.tsvoberstdorf.de
03.07.	Ufr	Erlenbach a. Main	Barbarossalauf	>> 09.10.2022	2,5	5	10		www.barbarossalauf.de
06.07.	Obb	Dachau	Firmen/Behördenlauf		6,2				www.asv-dachau.de

06.07.	Obb	Kirchdorf a.Inn	Benefizlauf	beliebig von 9 bis 19 Uhr						www.lauf-fuer-uns.de
06.07.	Mfr	Ansbach	Netzwerk-Benefizlauf	3,5	6,5			nicht bestätigt	www.ansbacher-netzwerklauf.de	
07.07.	Obb	Ingolstadt	Firmenlauf		5				www.firmenlauf-in.de	
07.07.		Imst-Nauders	Salomon 4-Trails	Abgesagt				106	https://4trails.net/	
08.07.	Obb	Ingolstadt	Firmenlauf		5				www.firmenlauf-in.de	
08.07.	Opf	Falkenberg	Waldnaab Crosslauf	1,6	2,5	8,2			www.djk-falkenberg.de	
08.07.	Schw	Aichach	Stadtlauf	1,2	2,4		6		www.lc-aichach.de	
08.07.	Schw	Ulm	Frauenlauf		5				www.ulmer-frauenlauf.de	
08.07.	Ufr	Bad Neustadt/Saale	20. Stadtlauf	3/1,5	3,5	6/9,4			www.sparkassen-stadtlauf.de	

08.07.		Molveno/I	Giro del Trentino					100	www.laufcoaches.com
09.07.	Mfr	Prag - Nürnberg	Via Carolina Lauf						www.viacarolina.eu
09.07.	Mfr	Unterwurmloch	Altmühlseelauf	0,4	7,4	21			www.altmuehlseelauf.de
09.07.	Ndb	Reisbach	Volksfestlauf	0,7/1	7	14/21			www.laufgruppe-reisbach.de
08.07.	Obb	Laufen-Abtsee	Capio Abtsee-Lauf	0,3 +	5	10		nicht bestätigt	www.capio-abtsee-lauf.de
08.07.	Obb	Ainring	43. Högl Berglauf	1	3,9/320 HM				www.sc-ainring.de
08.07.	Obb	Olching	Schwaigfeldlauf	0,6	1,5	6		nicht bestätigt	http://www.schwaigfeld.de
09.07.	Ofr	Bad Alexandersbad	20. Fichtelgebirgsmarathon				21	42	www.fichtelgebirgsmarathon.de
09.07.	Schw	Nördlingen	Stadtlauf	4/0,8		6			www.noerdlinger-stadtlauf.de
09.07.	Schw	Weitnau	Hauchenberglauf/Schw- Meistersch	6,8/508 HM					www.tv-weitnau.de

09.07.	Ufr	Miltenberg	24h-Hoffnungslauf		45 Min/3 Std./24 Std.				https://24h-hoffnungslauf.de/
09.07.		Faak am See/A-Kärnten	Faakerseelauf	0,5 +	4,5				www.faakerseelauf.at
09.07.		Gurgl im Ötztal/A-Tirol	Gletscher Trailrun	6	10	22	42	66	www.obergurgl.com/gletscherrun
09.07.		Silbirtal/A-Vorarlberg	Montafon Totale Trail	10	30			47	www.silvretta-montafon.at
09.07.		St. Anton/A-Vorarlberg	1. Arlberger Wadlbeisser		7,5	13,5			https://arlbergadler.eu/at/arlberg-adler/arlberger-w
09.07.		Tiers-St. Zyprian/I	Rosengarten Skymarathon			45/2980 HM			www.skymarathoniers.it
08.07.		Timelkam/A-Oberöst.	Vöckla Uferlauf	4	8				www.voeklaufelrlauf.at

10.07.	Ndb	Velden/Vils	33. Marktlauf	0,5 +	5				www.veldener-marktlauf.de
10.07.	Opf	Regensburg	Altstadtlauf	0,8	1,2	7,9			www.altstadtlauf-regensburg.de
10.07.	Obb	Unterhaching	Run4trees	1,3	5,4	10,3	21		www.run4trees.de
10.07.	Obb	Kipfenberg	Rats Runners Cup			10			www.rats-runners.de
10.07.	Schw	Harburg	Stadtlauf	0,5+	5,7				http://www.stadt-harburg-schwaben.de
10.07.	Ufr	Aschaffenburg	Stadtlauf gegen Gewalt			6			www.sefra-rennt-gegen-gewalt.de
10.07.		Faak am See/A-Kärnten	Faakerseelauf		10,5	21			www.faakerseelauf.at
09.07.		Flachau/A-Salzburg	Fisherman's Friend StrongmanRun	nicht bestätigt	10 km/20 Hindernisse				www.strongmanrun.at
10.07.		Großbräsen	Lausitzer Seenland	2	10				www.lausitzer-sportevents.de
10.07.		Heiligenblut/A-Kärnten	Großglockner Berglauf			12,7/1514 HM			www.grossglocknerberglauf.at
10.07.		Oberndorf/A-Salzburg	4. Inklusions-Friedenslauf	0,2 +	5	10			www.oberndorf-friedenslauf.at
10.07.		Sulden/I	Ortler Sky Trails	nicht bestätigt		22/30	45	80	www.ortlerskytrails.it



nicht bestätigt

10.07.	Obb	München	Hope&Possibility Run	2,5	5	10				www.achillesinternational-germany.org
10.07.	Ofr	Sonnefeld	Viertelmarathon	0,4 +	5	10,5		nicht bestätigt		https://tsv-sonnefeld-laufteam.jimdofree.com/
10.07.	Ufr	Rentweinsdorf	Kappelseelauf	0,3 +	5,7	11,8	20,9	nicht bestätigt		www.kappelseelauf.de
11.07.		Großbräsen	Lausitzer Seenland	0,4 +	5	10	21	42		www.lausitzer-sportevents.de
12.07.	Obb	München	B2Run		6,1					www.b2run.de/run/de/de/muenchen
13.07.	Opf	Regensburg	REWAG-Firmenlauf			6,8				www.regensburg-marathon.de
15.07.	Schw	Augsburg	Zoolauf			1 Std.				www.zoo-augsburg.de
15.07.	Ufr	Ipshofen	Schwanberglauf			10,4				www.schwanberglauf.de
15.07.		Obertrum/A-Salzburg	Trumer Charityrun			4,1				www.trumer-triathlon.at
16.07.	Obb	Garmisch-Partenkirchen	Zugspitz Ultratrail			25/1595 HM				www.zugspitz-ultratrail.com
16.07.	Obb	Grainau	Zugspitz Ultratrail			102/5480 HM				www.zugspitz-ultratrail.com
16.07.	Obb	Mittenwald	Zugspitz Ultratrail			39/1985 HM				www.zugspitz-ultratrail.com
16.07.		Ehrwald/A-Tirol	Zugspitz Ultratrail			81/4196 HM				www.zugspitz-ultratrail.com
16.07.	Mfr	Fürth	10. Gourmetlauf			10				www.gourmetlauf.de
16.07.	Ndb	Rain	Rainer Volkslauf/Ndb. Meist	1/2	5	10				www.rainervolkslauf.de
16.07.	Ndb	Bad Birnbach	Sommernachtslauf	0,4 +	5,3	9,3				www.tvbadbirnbach.de
16.07.	Obb	Wolnzach	Lauf10 Abschlusslauf	1,1	3,3	10				www.wolnzach.de
16.07.	Obb	Schonstett	Schoni Gaudi Bazlauf			5				www.svschonstett.de
16.07.	Obb	München	Muddy Angel Run			5				www.muddyangelrun.com
16.07.	Ufr	Veitshöchheim	Maintal Ultratrail				13	30	64	www.mtud.de
16.07.		Erzberg/A-Steiermark	Rock&Man Dirtrun				8	16		www.erzbergsport.at
16.07.		Graun/I-Reschensee	22. Reschenseelauf	0,6 +				15,3		www.reschenseelauf.it
16.07.		Grindelwald/CH	Eiger Ultra Trail	0,3				16	35 51/101	www.eigerultratrail.ch
16.07.		Ischgl-Galtür /A-Tirol	10. Silvertarun 3000				12	30	42	www.silvertarun3000.com
16.07.		Obertrum-A/Salzburg	Trumer Triathlon							www.trumer-triathlon.at
17.07.		Obertrum-A/Salzburg	Trumer Triathlon							www.trumer-triathlon.at



16.07.	Ndb	Bad Birnbach	Sommernachtslauf	0,4 +	5,3	9,3				www.tvbadbirnbach.de
17.07.	Obb	München	Blutenburglauf	1,2	5	10				www.blutenburglauf.de
17.07.	Ofr	Bayreuth	Mainauenauf	0,5 +	5	10	+ Staffel			www.mainauenauf.de
17.07.	Opf	Furth im Wald	Gibacht Berglauf/Opf. Meist	0,3 +	6	10/600 HM				www.skiclub-furth.de
17.07.	Schw	Leutkirch	50. Allgäu Volkslauf	0,5 +	5	10				www.skilaeuferzunft.de
16.07.	Ufr	Niedernberg	Honisch Lauf	1	5	10		nicht bestätigt		www.Honisch-Lauf.de
17.07.		Aurau	23.Klosterweglauf	1,5	5	10		nicht bestätigt		www.sfv-aurau.de
17.07.	Opf	Lam	Osserlauf	0,4 +	5	10		nicht bestätigt		www.nordisch.spvgg-lam.de
17.07.	Obb	Oberschleissheim	Bay. Lehrermarathon				Staffel	42		www.las.bayern.de/schulsport/landesstelle_schul
17.07.	Obb	Bad Tölz/Blomberg	Blomberglauf	2,8/300	4,6/490 HM					www.skiclub-toelz.de
19.07.	Mfr	Nürnberg	B2Run			6				www.b2run.de/run/de/de/nuernberg
20.07.	Obb	Geretsried	Alpenland Firmenlauf		4,2					https://www.alpenland-firmenlauf.com/
22.07.	Ndb	Landshut-Münchnerau	Abendlauf	1,3	5	10				www.svm-lauftreff.de
22.07.	Obb	München	Zugspitz Gipfelsturm					45	120	www.laufcoaches.com
21.07.	Opf	Mühlbach-Dietfurt	Lauf um den Wolfsberg-Kaminkeh	5	10			nicht bestätigt		www.kaminkehrerschule.de
23.07.	Schw	Augsburg	Jakobuslauf	1,4	3,8	8,1	10,6			www.djk-dv-augsburg.de
23.07.	Schw	Augsburg	Nachtlaf am Kuhsee		5					www.km-sportagentur.de
23.07.	Schw	Füssen	Citylauf/Halbmarathon	0,4		10	21			www.laufwochenende-fuessen.de
23.07.	Ufr	Klingenberg	Wika Staffelmorathon			7 Läufer a 6 km				www.de-de.wika.de
23.07.		Prad/Stilfserjoch	Stilfserjoch Marathon			14	26	42		www.stelviomarathon.it
23.07.		Erzberg/A-Steiermark	Erzberg Run & Nordic Walk			12,5/788 HM				www.erzbergsport.at
23.07.		Ginzling/A-Tirol	Schleigeis3000 Skyrace+Trailrun					17	33	www.schleigeis3000.run/
24.07.	Mfr	Greding	Altmühl-Jura Halbmarath.	0,6 +	5	10	21			www.aj-halbmarathon.de
23.07.	Obb	Hilgertshausen	11. Oberilmtaler Hügellauf	1,4 +	3,2	10		nicht bestätigt		www.oberilmtaler-huegellauf.de
24.07.	Obb	München	BavarianRun		5	10	15			www.bavarian-run.de
23.07.	Obb	Lenggries	Hohenb. Schlosslauf	0,5 +	4,6	8				www.skiclub-lenggries.de
24.07.	Schw	Füssen	20. Königsschlösser Marathon					42		www.laufwochenende-fuessen.de
24.07.	Ufr	Mainaschaff	Oscheffer TSG Lauf	1	5	10				www.tsg-mainaschaff.de
24.07.		Kuppelwies/I	Höfelau im Ultental	0,5 +		8,4	17,9			www.ultnerhoefelauf.info
24.07.	Obb	Altötting	Ukraine Spendenlauf	1,3	5		21			www.bgh-ua.de/halbmarathon/altotting/de
24.07.		Nesselwängle/A-Tirol	Drei Hütten Rennen			12,1/788 HM		nicht bestätigt		www.drei-huetten-rennen.at
24.07.	Obb	Garching	Rückenwindlauf		5	10				www.rueckenwind-lauf.de
29.07.	Obb	Ruhpolding	Chiemgauer 100er					161 km		www.chiemgauer100.de
29.07.	Ofr	Bad Staffelstein	Adam-Riese-Nachtlaf	0,7 +	4,7	10				www.obermain-marathon.de
29.07.	Schw	Bad Grönenbach	Xaver-Höger-Gedächtnislauf	1,5	5	10				www.tv.bad-groenenbach.de
29.07.		Zell am See-Kaprun/A-Salzb	Großglockner Ultratrail					31	48/75	110
30.07.	Mfr	Allersberg	33. Kirchweihlauf	0,4	5	10				www.tsvallersberg.de
30.07.	Obb	Krailling	Mammutmarsch					100		https://mammutmarsch.de/100-km-marsch/munc
30.07.	Obb	Ruhpolding	Chiemgauer 100er					100 km		www.chiemgauer100.de
30.07.	Obb	Schwindegg	Schlosslauf	0,5/1	5,2		11,9			https://laufsport.sv-schwindegg.de/
30.07.	Schw	Amerdingen	St. Anna Jedermannslauf	0,5+		8,5				http://sv-amerdingen.de
30.07.		Davos/CH	Davos X-Trails			10	23	43	68	www.davos-xtrails.ch
30.07.	Ndb	Pörndorf	Sommernachtslauf	0,3 +	3,6	7,5				www.djk-poerndorf.de
31.07.	Obb	Kirchdorf	s'Hirschbachschleiferl	0,5	6,8	9,7				www.sckirchdorf.de
31.07.	Ofr	Ludwigschorgast	34. Frankenwaldlauf	1	3	8	18			www.lg-ludwigschorgast.de
30.07.	Ufr	Ochsenfurt	1. Brückenachter					nicht bestätigt		http://www.tvochsenfurt-leichtathletik.de/news/
31.07.		Dingolshausen	Köhlerlauf	nicht bestätigt	0,75	1,5	6,25	12,5		www.koehlerlauf.de
31.07.		Kainach/A-Steierm.	32. Bergmarathon					18	44	www.tus-kainach.at
30.07.		Leogang/A-Salzburg	52. Lauf um den Sonnberg	0,3 +			11,5	nicht bestätigt		www.sc-leogang.info
30.07.		Altaussee/A-Steiermark	Losergipfel Berglauf	2	8/1200 HM					www.loser-berglauf.at
30.07.		Mittelberg/A-Vorarlb.	Widersteinlauf/Trail					15/863 HM		www.trailchallenge.at
31.07.		Mittelberg/A-Vorarlb.	Walser Trail/Ultra					29/1700 HM	63/3900 HM	www.trailchallenge.at
	Obb	Reischach	Holzlandlauf >>2023	0,4 +	5	11				https://holzlandlauf.tsv-reischach.de/