

RSLC Holzkirchen Laufkalender 2009

Datum	Lauf Event	Ort	Distanz	Typ*	Veranstalter	gepl. Teilnehmer (RSLC)
<b>Juni</b>						
13	City-Lauf	Rosenheim	10/3,4km	SL	<a href="http://www.rosenheimer-citylauf.de">www.rosenheimer-citylauf.de</a>	
17	LEX-Lauf Aschau (Benefizlauf)	Aschau	10,5/5,5km	SL	<a href="http://www.condition-steigenberger.de">www.condition-steigenberger.de</a>	Lauf10!-Team, Wilfried, Rainer, Mandy, Karin
20	Blomberglauf	Bad Tölz	4,6km/490Hm	BL/ROC	<a href="http://www.oberland-challenge.de">www.oberland-challenge.de</a>	
20	Hexal Alpen Triathlon	Schliersee	1,5/40/10km	TRI	<a href="http://www.af-sport.de">www.af-sport.de</a>	Frank
27	Rottacher Seelauf	Rottach-Egern	10km	SL/ROC	<a href="http://www.oberland-challenge.de">www.oberland-challenge.de</a>	
28	Osterfelder-Berglauf	Garmisch	12,5km/1300Hm	BL	<a href="http://www.osterfelder-berglauf.de">www.osterfelder-berglauf.de</a>	Rainer
28	Münchner Stadtlauf	München	10; 21,1km	SL	<a href="http://www.sportscheck.com">www.sportscheck.com</a>	Karin
<b>Juli</b>						
5	Tegernseer-Tal-Triathlon	Gmund	1,5km/40km/ 10km	TRI	<a href="http://www.taltriathlon.de">www.taltriathlon.de</a>	
6	Garching Stadtlauf	Mü. Garching	5,8km	SL		
11	Sachsenkammer Dorflauf	Sachsenkam	4,6/6,9km	CL/ROC	<a href="http://www.oberland-challenge.de">www.oberland-challenge.de</a>	Wilfried, Karin,
12	Kampenwand Berglauf	Aschau	6km/830Hm	BL	<a href="http://www.kampenwandlauf.de">www.kampenwandlauf.de</a>	
17	Lauf10! Schlussveranstaltung	Wolnzach	10km	WL	<a href="http://www.wolnzach.de">www.wolnzach.de</a>	Lauf10!-Team, Wilfried, Rainer, Mandy, Karin
24	Kampenwand (Staffellauf)	Bernau	9,2km/932Hm	BL	<a href="http://www.falter.de">www.falter.de</a>	
25	Jachenauer Waldlauf	Jachenau	10km	WL/ROC	<a href="http://www.oberland-challenge.de">www.oberland-challenge.de</a>	
30	Citylauf München	München			<a href="http://www.citylauf.muenchen.de">www.citylauf.muenchen.de</a>	
<b>August</b>						
1	<b>Radsportnacht</b>	Holzkirchen	RADSPORTFEST		<a href="http://www.rslc-holzkirchen">www.rslc-holzkirchen</a>	
8	Dachauer Straßenlauf (Bayern lauf Cup 2009)	Dachau	10km	SL	<a href="http://www.asv-dachau.de">www.asv-dachau.de</a>	
8	Walchensee Bergmarath. 12km Grosslauf	Walchensee	42,2km/1700Hm, 12km Crosslauf	BM		Rainer
14	Brünsteinlauf	Oberaudorf	8,5km/880Hm	BL	<a href="http://www.wsv-oberaudorf.de/berglauf">www.wsv-oberaudorf.de/berglauf</a>	
22	Ganghofer Trail Running Day	Leutasch (AT)	12 / 21km	CL	<a href="http://www.seefeld.com/running/de/events">www.seefeld.com/running/de/events</a>	
29	RubertusThermenLauf THERMENCUP	B.Reichenhall	21,1/10/5km	HM	<a href="http://www.thermencup.de">www.thermencup.de</a>	
30	Hornlauf	Kitzbüchel AT	12,9km 1234Hm	BL	<a href="http://www.hornlauf.com">www.hornlauf.com</a>	
<b>September</b>						
5	Gaisacher Berglauf	Gaisach	4,5km/480Hm	BL/ROC	<a href="http://www.oberland-challenge.de">www.oberland-challenge.de</a>	
6	Achenseelauf (auch als Staffellauf)	Achensee	23,2km	HM	<a href="http://www.achenseelauf.at">www.achenseelauf.at</a>	
12	Heuberglauf	Nussdorf a. Inn	5,3km/608Hm	BL	<a href="http://www.heuberglauf.de">www.heuberglauf.de</a>	
13	Drei Zinnen Alpin Lauf	Sexten IT	17,5km/1350Hm	BL	<a href="http://www.dreizinnenlauf.com">www.dreizinnenlauf.com</a>	
19	Bayr. Bäderlauf THERMENCUP	Bad Feilnbach	21,1km	HM	<a href="http://www.thermencup.de">www.thermencup.de</a>	
20	Tegernseelauf	Gmund	10km / 21,1km	HM	<a href="http://www.tegernseelauf.de">www.tegernseelauf.de</a>	Wilfried, Karin,

RSLC Holzkirchen Laufkalender 2009

26	Herbstlauf	Oberhaching	10km	SL	<a href="http://www.tsv-oberhaching.de">www.tsv-oberhaching.de</a>	
27	Brauneck	Lenggries	5km/800Hm	BL	<a href="http://www.berglaufpur.de">www.berglaufpur.de</a>	
27	Hochfelln-Berglauf Deutsche Berglauf Meistersaft 2009	Bergen	8,9Km/1074Hm	BL	<a href="http://www.hochfellnberglauf.de">www.hochfellnberglauf.de</a>	Rainer
27	Isartaler Lauf	Bad Tölz	10; 21,1; 30km	WL	<a href="http://www.toelzer-isar-lauf.de">www.toelzer-isar-lauf.de</a>	
27	Berlin Marathon	Berlin	42,2km	M	<a href="http://www.real-berlin-marathon.com">www.real-berlin-marathon.com</a>	
<b>Oktober</b>						
3	<b>Mooshamer Waldlauf RSLC VM</b>	Moosham	8km	CL/ROC	<a href="http://www.oberland-challenge.de">www.oberland-challenge.de</a>	RSLC Läufer
3	Seehamer See Lauf	Seeham	6km	WL	<a href="http://www.sc-seeham.de">www.sc-seeham.de</a>	
3	Wendelsteinlauf	Bayrischzell	8km/1000Hm	BL	<a href="http://www.skiclub-bayrischzell.de">www.skiclub-bayrischzell.de</a>	
10	Jennerberglauf	Berchtesgaden	8,4km/1190Hm	BL	<a href="http://www.skberchtesgaden.de">www.skberchtesgaden.de</a>	
10	4. Kaisermarathon Bergmarathon WM 2009	Söll Tirol (AT)	42,2km2000Hm	BL	<a href="http://www.tourdetirol.com">www.tourdetirol.com</a>	Rainer
8,9,10	Tour de Tirol	Söll Tirol (AT)	10; 21,1; 42km	BL	<a href="http://www.tourdetirol.com">www.tourdetirol.com</a>	
11	<b>Holzkirchner Marktlauf</b>	Holzkirchen	10km	WL	<a href="http://www.rslc-holzkirchen.de">www.rslc-holzkirchen.de</a>	RSLC Läufer
11	Medien Marathon	München	10; 21,1; 42km	M	<a href="http://www.muenchenmarathon.de">www.muenchenmarathon.de</a>	
17	Simseelauf	Simsee	21,1km	HM	<a href="http://www.simsee-halbmarathon.de">www.simsee-halbmarathon.de</a>	
24	<b>Rotwandberglauf RSLC Berglauf VM</b>	Spitzingsee	7km/652Hm	BL	<a href="http://www.rotwandberglauf.de.vu">www.rotwandberglauf.de.vu</a>	Rainer, Wilfried,
18	Wolfgangseelauf	Wolfgangsee AT	27km/250Hm, 10km, 5,2km	WL	<a href="http://www.wolfgangseelauf.at">www.wolfgangseelauf.at</a>	
25	Hochplatten-Berglauf	Marquartstein	4,6km/550Hm	BL	<a href="http://www.hochplatten-berglauf.abt-doerr.de">www.hochplatten-berglauf.abt-doerr.de</a>	
<b>November</b>						
21	Crosslauf	Mühdorf a.Inn	8,8/4km	CL	<a href="http://www.cross-lauf.de">www.cross-lauf.de</a>	
21	Haager Waldlauf	Haag	6,8km	WL	<a href="http://www.sc-haag.de">www.sc-haag.de</a>	
29	<b>RSLC Adventslauf (Benefizlauf)</b>	Holzkirchen	1 -1,25h	WL	<a href="http://www.rslc-holzkirchen.de">www.rslc-holzkirchen.de</a>	RSLC Läufer
<b>Dezember</b>						
6	Kolsassberg Run	Kolsass, Inntal	5,2km/590	BL	<a href="http://www.kolsassberg-run.at">www.kolsassberg-run.at</a>	
6	Nikolauslauf	München	10km	SL	<a href="http://www.laufwinter.de">www.laufwinter.de</a>	
13	Ismaninger Winterlauf	Ismaning	12,8km	WL	<a href="http://www.tsv-ismaning.de">www.tsv-ismaning.de</a>	
31	Silvesterlauf	Innsbruck AT		SL	<a href="http://www.silvesterlauf-innsbruck.com">www.silvesterlauf-innsbruck.com</a>	
31	Silvesterlauf	München	10km	SL	<a href="http://www.silversterlauf-muenchen.de">www.silversterlauf-muenchen.de</a>	

M = Marathon – HM = Halbmarathon – SL = Stadtlauf – BL = Berglauf – BM = Bergmarathon -  
WL = Waldlauf - CL = Crosslauf – ROC = Oberland Challenge – TRI = Triathlon

## *RSLC Holzkirchen Laufkalender 2009*

\*Über Wettkampftermine, Inhalte und Gestaltung der Links und deren Webseiten haben wir keinerlei Einfluss und lehnen jegliche Verantwortung ab. Die Angaben sind wertfrei und unverbindlich.

\*Links mit aktuellen Terminen und Informationen der Region:

[www.blv-sport.de](http://www.blv-sport.de)[www.condition-steigenberger.de](http://www.condition-steigenberger.de)

[www.cardiozone.de](http://www.cardiozone.de)

[www.ergebnislisten.de/](http://www.ergebnislisten.de/)

[www.falterer.de/berglauf/adr.htm](http://www.falterer.de/berglauf/adr.htm)

[www.flexi-sports.com](http://www.flexi-sports.com)

[www.laufarena.de](http://www.laufarena.de)

[www.laufen-in-bayern.de/](http://www.laufen-in-bayern.de/)

[www.lauftipps.de](http://www.lauftipps.de)

[www.lauftreff.de](http://www.lauftreff.de)

[www.laufclub-bayern.de](http://www.laufclub-bayern.de)

[www.runnersworld.de](http://www.runnersworld.de)

[www.marathon.de](http://www.marathon.de)

[www.mrrc.de/](http://www.mrrc.de/)

[www.schuhwiedu-oberaudorf.de](http://www.schuhwiedu-oberaudorf.de)