



## Laufkalender 2016

24. Januar	Köln-Porz	Winterlaufserie	5 / 10 km
14. Februar	Köln-Porz	Winterlaufserie	5 / 10 km
28. Februar	Köln-Porz	Winterlaufserie	5 / 10 km
12. März	Altenahr / Ahrweiler	Ahruferlauf	15 km
20. März	Bad Neuenahr	Ahrkreisstaffel	Staffel-Marathon
10. April	Bonn	Halb-/Marathon	21,1 / 42,195 km
20. April	Bad Neuenahr	Ahrtalllauf	15 km
23. April	Hönningen	Ahrtal-Team-Cup (1. Lauf)	10 km
1. Mai	Mendig	Lohner's Vulkan-Marathon	10 km
5. Mai	Westum	Ahrtal-Team-Cup (2. Lauf)	10 km
11. Mai	Bad Neuenahr	Peter-Maffay-Stiftung-Rung	5 km
20. Mai	Neuwied	Deichlauf	10 km
21. Mai	Jammelshofen	Ahrtal-Team-Cup (3. Lauf)	10 km
25. Mai	Bonn	Bonner Nachtlauf	10 km
12. Juni	Dernau	Ahrtal-Team-Cup (4. Lauf)	10 km
18. Juni	Bad Neuenahr	Ahrathon	21,1 km
10. Juli	KölnPorz	Sommerlauf	10 km
13. Juli	Ochtendung	Nettetal-Volkslauf	10 km
27. August	Altenahr	Panoramalauf	16 km
18. September	Laacher See	Rund um den laacher See	10 km
2. Oktober	Köln	Halb-/Marathon	21,1 / 42,195 km
16. Oktober	Bonn	Drei-Brücken-Lauf	10 / 15 km
29. Oktober	Altendorf	Obstmeilenlauf	9,6 / 16,1 km
19. November	Porz	Herbstlauf	10 km
31. Dezember	Wehr	Silvesterlauf	10 km
31. Dezember	Bonn	RheinEnergie-Silvesterlauf	10 km