

# TRAINIEREN ERLEBEN

Drei geleitete Trainings pro Woche  
Für Laufeinsteiger bis Leistungssportler

Geführte Longruns am Wochenende Vereins-/ Marathonreisen  
Trainingslager im In- und Ausland



VERANSTALTER VON:  
Birslauf | Basler Bruggelauf | Basler Stadtlauf



**MUTTENZ MARATHON**

11. Muttenz  
Marathon

**Muttenz Marathon**  
28. April 2019

Sei dabei an dem Marathon  
in der Region Basel!

Marathon, Halbmarathon  
sowie 10 km-Frühlingslauf  
und Läufe für Schüler und  
Kinder.

Anmeldung und Informationen:  
[www.muttenz-marathon.ch](http://www.muttenz-marathon.ch)



## «10 Meilen Laufen» Das Lauffest in Laufen

10 Meilen und 4 Meilen Running und Walking

7 Meilen Running

Kinder- und Jugendläufe in der Altstadt



Hauptsponsor:  
**Basellandschaftliche  
Kantonalbank**

Samstag, 22. Juni 2019

[www.10meilen.ch](http://www.10meilen.ch)

## GEMEINSAM ZIELE ERREICHEN.

Als offizieller Ausrüster des Swiss Olympic Team.



Viktor Röthlin,  
Europameister Marathon



**OCHSNER  
SPORT**  
Dein Ziel ist unser Ziel.

B2Run Schweizer Firmenlauf / Basel



# Laufveranstaltungen Nordwestschweiz und Regio 2019

Koordination:  
INevent GmbH  
Aeschenplatz 7, Basel  
[info@inevent.ch](mailto:info@inevent.ch)

like us on  
**facebook** [www.facebook.com/LaufNWSR](https://www.facebook.com/LaufNWSR)

printed by [www.dimme.ch](http://www.dimme.ch)

**LSVB**  
LAUFSPORTVEREIN  
BASEL  
[www.lsvb.ch](http://www.lsvb.ch)

**Schnuppertraining**  
Ohne Voranmeldung, dienstags (Rankhof)  
oder donnerstags (im Sommer Joggeli/  
im Winter Schützenmatte) jeweils um  
18.30 Uhr.

03.02.	30. Benefizlauf "Rund um Adelhausen", Rheinfelden Adelhausen, D
	Club: LCM Rheinfelden / TUS Adelhausen   L: 0.5 – 10.4 km / W: 4.2 km
	Hannelore Steinebrunner, Regulaweg 4, D-79618 Rheinfelden
	www.lcm-rheinfelden.de, anmeldung@lcm-rheinfelden.de

03.02.	10. SuperCross Biel-Benken BL
	Club: SC Biel-Benken   1.0 – 6.0 km
	Walo Stiegeler, Löhring 16, 4105 Biel-Benken
	www.scbiel-benken.ch, wstiegeler@ebmnet.ch

16.02.	40. Leimentalerlauf + 12. Walking, Oberwil BL
	Club: TV Oberwil   L: 15.0 km / W: 8.0 km
	Roger Zingg, Blauenstr. 29, 4104 Oberwil
	www.tvoberwil.ch, leimentalerlauf@tvoberwil.ch

10.03.	Rheinfelder Lauftag, Rheinfelden, D
	Club: LCM Rheinfelden   4.7 & 10 & 21.1 km
	Hannelore Steinebrunner, Regulaweg 4, D-79618 Rheinfelden
	www.lcm-rheinfelden.de, anmeldung@lcm-rheinfelden.de

23.03.	50. Waldlauf Basel, Birsfelden BL
	Club: ESC Basel   0.5 – 10.0 km, flach
	Jacques Bader, Ob dem Hügliacker 10 B, 4102 Binningen
	www.waldlaufbasel.ch, waldlaufbasel@blueemail.ch

30.03.	1. Bergmarathon Hohe Winde
	Club: Lauffreunde Chaltbrunnental   21 km / 42.5 km
	Roman Häring
	www.hohe-winde.run, rhaering@gmx.ch

06.04.	53. Birslauf, St. Jakob, Basel
	Club: LSVB   10.0 km, flach
	www.birslauf.ch, info@bislauf.ch

06.04.	38. Quer durch Basel (Staffellauf), Basel
	Club: Turnverband Basel-Stadt   0.8 - 1.6 km (in 6 Teilstrecken)
	Quer durch Basel, c/o INevent GmbH, Aeschenplatz 7, 4052 Basel
	www.querdurchbasel.ch, info@querdurchbasel.ch

20.04.	54. GP Fricktal - Osterlauf, Eiken AG
	Club: TSV Frick Volleyball   5.85 & 16.09 km (10 Meilen), Walking und Jugend
	Ivo Müller, Weideweg 8, 5018 Erlinsbach
	www.osterlauf.ch, imue.ert@gmail.com

27.04.	30. Lupsinger-Lauf, Lupsingen BL
	Club: DTV & TV Lupsingen   0.85 - 12.3 km (320m HD)
	Daniel Kipfer, Rainmätteliweg 12, 4413 Büren
	www.lupsingerlauf.ch, kipfi@datacomm.ch



## Laufftreff beider Basel

28.04.	Muttentz Marathon, Muttentz BL
	Club: Muttentz Marathon   0.8/1.5/10, 21.1 & 42.2km (160 - 1'000m HD)
	Verein Muttentz Marathon, 4132 Muttentz
	www.muttentz-marathon.ch, info@muttentz-marathon.ch

05.05.	15. Blauen Berglauf, Hofstetten SO
	Club: Laufftreff Hofstetten-Flüh   0.6/5/10/15 km (90/210/465m HD)
	Anne Bild/Helga Voermans, Rauracherweg 23, 4114 Hofstetten
	www.blauenberglauf.ch, laufftreff@hofstetten-flueh.ch

05.05.	3. Basler Frauenlauf
	Organisator: w3 Marketing GmbH   L: 5.35 & 10.7 km
	w3 Marketing GmbH
	www.basler-frauenlauf.ch, info@basler-frauenlauf.ch

06.05.	31. Zunzger Waldlauf, Zunzger Hard BL
	Club: TV Zunzgen   L: 3.5 & 7.0 km (35m HD) / W: 8.0 km
	Rico Freiermuth, Neumattstr. 37, 4455 Zunzgen
	www.zunzger-waldlauf.ch, rico.freiermuth@bluewin.ch

15.05.	38. Gempen-Berglauf, Dornach SO
	Club: Turnverein Dornach   7.8 km (426m HD)
	Fabian Mathiuet, Erlach-Weg 12, 4143 Dornach
	www.gempenlauf.ch, gempen@juratoptour.ch

19.05.	29. Dreiländerlauf / 18. 10.3 km Lauf, Basel – St. Louis/F – Weil am Rhein/D
	Club: Dreiländerlauf (CH, D, F)   2.3 – 21.1 km, flach
	Martin Lichtenthaler, Rämelsstrasse 5, 4055 Basel
	www.3laenderlauf.org, martin@3laenderlauf.org

25.05.	2. SOLA Basel, Staffellauf durch BL und BS, 2. Mini SOLA (Kurzstrecke)
	Organisator: Verein SOLA Basel   10 Teilstrecken von 4.9 – 12.6 km (22 - 509m HD)
	Verein SOLA, St. Johanns-Vorstadt 3, 4056 Basel
	www.solabasel.ch, info@solabasel.ch

05.06.	6. Berglauf Reigoldswil-Ulmethöhe
	Club: RRC Nordwest Reigoldswil   5.7 km
	Christoph Buchmann, Margarethenstrasse 35, 4450 Sissach
	www.rrcnordwest.ch, buchmann.chris@gmail.com

19.06.	36. Chrischonalauf, Riehen BS
	Club: SSC Riehen   0.7 - 10.0 km (325m HD)
	Johanna Pattenier
	www.sscriehen.ch, jwpattenier@gmail.com

22.06.	10 Meilen Laufen, Laufen BL
	Club: LSG Laufen   4 / 7 km & 10 Meilen (70 – 180m HD)
	Stefan Thüning, Hintere Gasse 20, 4242 Laufen
	www.10meilen.ch, info@10meilen.ch



Körperfreundliches

## Express-Magnesium

Anlaufpunkt für fitte Beine: [facebook.com/diasporal](https://facebook.com/diasporal)





23.06.	52. Kaister Waldlauf, 13. Fricktaler Waffelauf, 19. Walking & Nordic Walking, Kaisten AG
	Club: Velo-Club «Glückauf» Kaisten   L: 9 / 16.7 km W: 8.3 km flach
	Rolf Stäuble, Neuhofstrasse 20, 5080 Laufenburg
	www.vckaisten.ch, sporttag@schwarzwaldrundfahrt.ch

28.06.	B2Run Schweizer Firmenlauf, St. Jakob, Basel
	Organisator: Infront Sport & Media   5.9 km (20m HD)
	Infront Sports & Media, Grafenauweg 2, P.O. Box, 6302 Zug
	www.b2run.ch, info@b2run.ch

28.06.	40. Gelterkinder Waldlauf, Gelterkinder BL
	Club: TV Gelterkinder   5.7 km
	Peter Thommen, Sigmattstrasse 2B, 4460 Gelterkinder
	www.tvgelterkinder.ch/waldlauf, tvg.waldlauf@gmx.ch

11.07.	Internationaler Altstadtlauf, D-Bad Säckingen
	Club: TV Bad Säckingen   0.57 – 6.19 km, flach
	Helmar Burkhart, D-Bad Säckingen
	www.altstadtlauf-bad-saeckingen.de, info@tvbadsaeckingen.de

24.08.	17. Birsegg-Lauf Aesch, Aesch BL
	Club: Laufträff Birsegg Aesch   0.35 – 10.0 km (0 – 135m HD)
	Kurt Frei
	www.lauftraeff-birsegg.ch, info@lauftraeff-birsegg.ch

28.08.	36. Liestaler Stadtlauf + 6. Walking Event, Liestal BL
	Club: TV-Liestal   1.2 - 12 km (50 – 350m HD)
	Pascal Bergamin
	www.stedtlauf.ch, pascal.stadtlaufliestal@gmx.ch

01.09.	28. Wehratallauf, Wehr, D
	Club: TV Wehr   10.2 km
	Kurt Wymann, Keltenweg 12, D-79664 Wehr
	www.wehratallauf.de, kanm.wymann@bluewin.ch

08.09.	26. Lauwiler Dorflauf & Walking, Lauwil BL
	Club: OK Lauwiler Dorflauf   L: 1.4 - 11.28 km (45 – 410m HD) + Walkingevent
	Roger Inauen, Dorfmat 14, 4426 Lauwil
	www.dorflauf.ch, ok@dorflauf.ch

15.09.	11. Crossrun, Therwil BL
	Club: venom events   1 / 5.5 / 10.0 km
	Laurent Schenkel, Quadratsch 26, 7503 Samedan
	www.crossrun.ch, laurent.schenkel@intergga.ch

21.09.	29. Wisenberglauf, Zeglingen BL
	Club: TV Zeglingen   0.5 - 10.5 km (0 – 600m HD) / W: 5.5 km (200m HD)
	Thomas Beugger, Mühlematt 4, 4495 Zeglingen
	www.wisenberglauf.ch, info@wisenberglauf.ch

22.09.	14. Basler Bruggelauf
	Veranstalter: LSVB   5 / 10 km / 10 Meilen / Ekiden
	www.baslerbruggelauf.ch, info@baslerbruggelauf.ch

29.09.	47. Waieländer Volkslauf, Inzlingen, D
	Club: TV Inzlingen   L: 0.8 bis 10.2 km WL: 5.8 km (bis 185m HD)
	Christian Ohm, In den Gattern 13, D-79594 Inzlingen
	www.tv-inzlingen.de, info@tv.inzlingen.de

20.10.	8. Muttentz Herbstlauf, Muttentz BL Swiss Masters Laufcup 2018
	Club: TV Muttentz athletics   L: 0.9 bis 10.0 km (0/200m HD) / W: 5.6 km
	Patrick Moser, Im oberen Brühl 6, 4132 Muttentz
	www.muttentzherbstlauf.ch, moser.pat@bluewin.ch

13.10.	Basel Running Day, Riehen BS
	Club: Basel Running Club Athletics   0.4 / 5 / 10 km und Familienstafetten
	Basel Running Club Athletics, 4125 Riehen
	www.baselrunningday.ch, info@baselrunningday.ch

10.11.	60. Augusta Raurica Lauf, Augst BL
	Club: Läuferverein Baselland   1.0 - 12.0 km (120m HD)
	LV Baselland, 4133 Pratteln
	www.lvbl.ch, laufinfo@lvbl.ch

30.11.	37. Basler Stadtlauf, Basel
	Veranstalter: LSVB   1.0 – 5.5 km
	www.baslerstadtlauf.ch, info@baslerstadtlauf.ch

01.12.	40. Allschwiler Klausenlauf, Allschwil BL
	Club: Verein Klausenlauf   L: 0.85 / 1.7 km / 6.6 km / 10 km
	Verein Klausenlauf, Postfach, 4123 Allschwil 1
	www.allschwiler-klausenlauf.ch; ok@allschwiler-klausenlauf.ch



### RÖMER UND KLÄUSE FEIERN JUBILÄUM!

Zwei Traditionsläufe feiern zusammen **100 Laufsport-Jahre – 60. Augusta Raurica Lauf** und **40. Allschwiler Klausenlauf**.  
Aus diesem Anlass organisieren der Läuferverein Baselland und der Verein Klausenlauf eine Kombi-Wertung für gross und klein.



**AUGUSTA  
RAURICA  
LAUF**  
10. NOVEMBER 2019



**ALLSCHWILER  
KLAUSENLAUF**  
1. Dezember 2019

Teilnahmebedingungen unter:  
[www.allschwiler-klausenlauf.ch](http://www.allschwiler-klausenlauf.ch)

Augusta Raurica Lauf

100

Allschwiler Klausenlauf

LAUFSport-Jahre

40

SWISSLOS Sportfonds Baselland
Basellandschaftliche Kantonalbank
DATA/SPORT

**JUBILÄUMSLAUF MIT KOMBI-WERTUNG!**