



<p><b>09.04. Samstag 10. Glantaler Wasserweglauf 8,8 km, 413 HD</b> 13:30 Uhr in 9556 Glantschach bei der Kirche Walter Copi 0664/75103088 9300 St. Veit an der Glan, Milleniumspark 84 Multi Sport Kärnten <a href="mailto:walter_copi@gmx.at">walter_copi@gmx.at</a> 01. Kärnten</p>	<p><b>10.04. Sonntag Goldpokal auf den Höllenstein 5,3 km, 300 HD</b> 10:30 Uhr Start bei Burg Wildegg in 2393 Sittendorf bei Wien Graft Ernst, Tel 0664/3584842 A21 Abfahrt - Hinterbrühl 1230 Wien, Fröhlichgasse 15 <a href="mailto:egrift@trod.at">egrift@trod.at</a> <a href="http://www.runnersworld.at">www.runnersworld.at</a> 02. Niederösterreich</p>
<p><b>16.04. Samstag 46. Jauerling Berglauf, NÖ 7,5 km/780 HD</b> 14:00 Uhr Start Spitz an der Donau Walter Zugriegel, Tel 0699/12303651 3100 St. Pölten, Dr. Steingötterstr. 20 LC Runnersworld <a href="mailto:walterzugriegel@gmx.at">walterzugriegel@gmx.at</a> <a href="http://www.runnersworld.at">www.runnersworld.at</a> 03. Niederösterreich</p>	<p><b>01.05. Sonntag 35. Int. Reißkofellauf, 5 km, 400 HD 10% A, 90% S</b> 10:00 Uhr Start Greifenburg am Badeseesee Hermann Lederer Tel 0677/64032807, 9761 Greifenburg, Amberg 8 <a href="mailto:silvesterlauf@aon.at">silvesterlauf@aon.at</a> 04. Kärnten</p>
<p><b>21.05. Samstag 21. Schafberglauf 7,2 km, 1190 HD</b> 16:00 Uhr Start Schafbergbahnhof Werner Haas, Tel.0664/9685257 5360 St. Wolfgang, Windhag 18, Laufgemeinschaft St. Wolfgang <a href="mailto:lg.stwolfgang@gmail.com">lg.stwolfgang@gmail.com</a> <a href="http://www.schafberglauf.at">www.schafberglauf.at</a> 05. Oberösterreich</p>	<p><b>22.05. Sonntag Schwarzgupf-Berglauf 10 km 800HD 80HD 10% 90% SW</b> 09:30 Start St. Margareten im Rosental Gotschuchen – Campingplatz, Erich Tropper Tel 0676/9287818 9020 Klagenfurt, Waldhorngasse 45/10 <a href="mailto:Erich.tropper2@gmail.com">Erich.tropper2@gmail.com</a> <a href="mailto:office@schwarzgupfberglauf.at">office@schwarzgupfberglauf.at</a> <a href="http://www.schwarzgupfberglauf.at">www.schwarzgupfberglauf.at</a> 06. Kärnten</p>
<p><b>26.05. Donnerstag 41. Schöpfl-Berglauf in Laaben 7,5km, 550 HD</b> 10:00 Uhr Start Laaben Walter Zugriegel, Tel 0699/12303651 3100 St. Pölten, Dr. Steingötterstr. 20 <a href="mailto:walterzugriegel@gmx.at">walterzugriegel@gmx.at</a> <a href="http://www.runnersworld.at">www.runnersworld.at</a> 07. Niederösterreich</p>	<p><b>29.05. Sonntag 1. Internationaler Steinplan Berglauf 12,2 km 1050</b> 10:00 Start, Gubernitz 15. Sankt Margarethen bei Knittelfeld Ziel: Steinplatte Schutzhaus 1670 Hm (PKW-Zufahrt bis 1km vor Ziel) Manfred Mülthaler 0676/3375881 ATUS Knittelfeld, Billrothstraße 20 <a href="mailto:Manfred.muethaler@gmail.com">Manfred.muethaler@gmail.com</a> 08. Steiermark <b>Österreichische Staatsmeisterschaften</b></p>
<p><b>06.06. Montag 26. Emberger Alm Berglauf 6 km 1040 HD</b> 10:00 Uhr Start, Berg im Drautal 30% A, 70% Steig, ab75m/w Start 9:30 Anmeldung Tourismusbüro Berg 04712 53218, Hr.Sattlegger 04712 794 9771 Berg Im Drautal, Berg Nr. 121, Tannja Weis Tahlmann <a href="mailto:info@bergimdrautal.at">info@bergimdrautal.at</a> <a href="http://www.bergimdrautal.at">www.bergimdrautal.at</a> 09. Kärnten</p>	<p><b>11.06. Samstag 22. Krainer – Berglauf 10km 1000 HD 65% A, 35% S</b> 14:00 Uhr Start Greifenburg bei B100 INFO Hermann Lederer Tel 0677/64032807 9761 Greifenburg, Amberg 8 <a href="mailto:silvesterlauf@aon.at">silvesterlauf@aon.at</a> 10. Kärnten</p>
<p><b>16.06. Donnerstag 25. Mugel-Berglauf, 10,1 km 1100 HD 10%, 90% S</b> 10:00 Uhr Start Niklasdorf – Hauptplatz Nina Lasselsberger 0676/5083606 Hannes Schatzl 0660/4710983 8700 Leoben, Dorfstraße 10 <a href="mailto:hschatzl@wsv-niklasdorf.at">hschatzl@wsv-niklasdorf.at</a> <a href="mailto:nina.lassi@gmx.at">nina.lassi@gmx.at</a> <a href="http://www.wsv-niklasdorf.at">www.wsv-niklasdorf.at</a> 11. Steiermark</p>	<p><b>16.06. Sonntag 41. Muckenkogelberglauf 10 km 900 HD 40% A 60% S</b> 10:00 Uhr Start Talstation Muckenkogelbahn, Lilienfeld Walter Zugriegel, Tel 0699/12303651 3100 St. Pölten, Dr. Steingötterstr. 20 LC Runnersworld <a href="mailto:walterzugriegel@gmx.at">walterzugriegel@gmx.at</a> <a href="http://www.runnersworld.at">www.runnersworld.at</a> 12. Niederösterreich</p>
<p><b>18.06. Samstag 25. Ötscher Ultramarathon 50 km 1850hm</b> 09:00 Start, Talstation Lackenhof/Ötscher <b>Bergmarathon 50km</b> 3292 Gaming, Gartenstraße 5 Herbert Egger Tel 0676/7940322 <a href="mailto:oetschermarathon@gmail.com">oetschermarathon@gmail.com</a> <a href="http://www.oetschermarathon.at">www.oetschermarathon.at</a> 13. Niederösterreich</p>	<p><b>19.06. Sonntag 25. Ötscher Mountain Run 20 km 1150hm</b> 10:00 Start, Talstation Lackenhof am Ötscher 3292 Gaming, Gartenstraße 5 Herbert Egger Tel 0676/7940322 <a href="mailto:oetschermarathon@gmail.com">oetschermarathon@gmail.com</a> <a href="http://www.oetschermarathon.at">www.oetschermarathon.at</a> 14. Niederösterreich</p>
<p><b>19.06. Sonntag 26. HAGE Zirbitzkogel-Berglauf 11,2km 1106HD</b> 10:30 Uhr Start St. Anna Ziel Schutzhaus (2397m) 14:00 Uhr Start Schülerlauf Hubert Fessl, 0664/8787768 8742 Obdach, Alois Kober Straße 1 SC Obdach <b>Teilnehmerlimit 150</b> <a href="mailto:Hubert.fessl@schule.at">Hubert.fessl@schule.at</a> <a href="http://www.zirbitz-berglauf.at">www.zirbitz-berglauf.at</a> 15. Steiermark</p>	<p><b>25.06. Samstag 34. Veitscher Grenzstaffellauf 54 km 2060 hm</b> 09:00 Uhr Start Veitsch <b>Ultra Alpinmarathon</b> Werner Pointner 0680/4014782 2er und 3er Staffel 16,5 – 37,5 8662 Marktgemeinde St. Barbara im Müürztal, Stelzhammerstr. 4 <a href="mailto:Grenzstaffellauf@veitsch.at">Grenzstaffellauf@veitsch.at</a> <a href="http://www.grenzstaffellauf.com">www.grenzstaffellauf.com</a> 16. Steiermark</p>
<p><b>25.06. Samstag 15. Koschuta-Berglauf 10 km +700-250 HD</b> 10:00 Uhr Start Zell-Freibach GH Terklbauer 40%A60%S Egon Wassner, Tel 0664/1550896, Anmeldung bis 1 Std. vor dem Start 9170 Ferlach, Zell-Schaida 24, Naturfreunde Zell Pfarre <a href="mailto:Koschuta-berglauf@gmx.at">Koschuta-berglauf@gmx.at</a> 17. Kärnten</p>	<p><b>26.06. Sonntag 35. Hochalmmlauf, 7,3 km 840 HD</b> 10:00 Uhr Start Hauptlauf Rauris-Zentrum LC Rauris 10:00 Uhr Start Schüler + Senioren <b>Heimalmlauf 3,5 km 298 HD</b> Robert Wallner, Tel. 0664/1122020 5661 Rauris, Vorstanddorfstraße 35 <a href="mailto:info@lc-rauris.at">info@lc-rauris.at</a> <a href="http://www.lc-rauris.at">www.lc-rauris.at</a> 18. Salzburg</p>
<p><b>03.07. Sonntag 16. Int. Raiffeisen Mountainrun Seefeld, 6km1040 HD</b> 09:45 Start Talstation Rosshütte, Nachwuchswertung Michaela Stark Tel. 0664/460 80 72 6100 Seefeld, Postfach 18, Mösererstraße 632a <a href="mailto:info@ski-club-seefeld.com">info@ski-club-seefeld.com</a> <a href="http://www.mountainrun-seefeld.at">www.mountainrun-seefeld.at</a> 19. Tirol</p>	<p><b>10.07. Sonntag 22. Ochsenburger Berglauf 8,2 km 350HD</b> 10:00 Uhr Start – FF Ochsenburg 60%A 40% S/W Naturfreunde St. Georgen-Ochsenburg 3151 St. Georgen, Hart 278, Elisabeth Moser Tel 680/1232961 <a href="mailto:elisabeth.moser@uniqa.at">elisabeth.moser@uniqa.at</a> <a href="http://www.st-georgen-ochsenburg.naturfreunde.at">www.st-georgen-ochsenburg.naturfreunde.at</a> 20. Niederösterreich</p>

**ÖSTERREICHISCHER BERGLAUF-CUP**  
**Offizieller Terminkalender 2022**

<p><b>10.07. Sonntag 34. Sparkassen Sternsteinlauf 6,2 km 400 HD</b> 11:00 Uhr Start Bad Leonfelden – Ziel Sternstein 15%A 85%S 11.00 Schülerlaufstart Gasthof Waldschenke 1,9 KM/+170m Gottfried Sonnberger, 0650/4740847 Kinderlauf im Zielbereich 10:30 Uhr 4191 Vorderweißbach, Blütenweg 5 <a href="mailto:Gottfried.sonnberg@aon.at">Gottfried.sonnberg@aon.at</a> <a href="http://www.sportunionbadleonfeldern.at">www.sportunionbadleonfeldern.at</a> 21. Oberösterreich</p>	<p><b>10.07. Sonntag 21. Großglockner-Berglauf, 12,9km 1494 HD</b> 09:30 Start Heiligenblut – Zentrum, „Achtung Teilnehmerlimit“ 9844 Heiligenblut, Rupitsch Julius, 0680/2339195 JR-Sport und Event Consulting, 9500 Villach, Primus Lessiak Str. 26/7 <a href="mailto:office@mythosglockner.com">office@mythosglockner.com</a> <a href="http://www.grossglocknerberglauf.at">www.grossglocknerberglauf.at</a> 22. Kärnten</p>
<p><b>16.07. Samstag 10. SILVRETTARUN 3000, 42,195km 1814HM</b> 09:30 Uhr 1.Start <b>29,9km/1482</b> 10:00 Uhr 2.Start <b>19km/873 11,2km/306</b> 15.07. Start 17:00 Uhr <b>Silvretta Kids Run</b> Josef Kurz Tel 050990100 6561 Ischgl, Dorfstr. 43, Tourismusverband Paznaun-Ischgl <a href="mailto:info@paznaun-ischgl.com">info@paznaun-ischgl.com</a> <a href="http://www.silvrettarun3000.com">www.silvrettarun3000.com</a> 23. Tirol</p>	<p><b>17.07. Sonntag 25. Int. Obergailtaler – Berglauf 8 km 800HD</b> 09:30 Uhr Start ÖAV-Freizeitpark – Ziel: Enzianhütte/Mauthneralm Horst Korenjak Tel. 0664/2311942 9640 Kötschach, Würmlach 87 ÖAV-Obergailtal <a href="mailto:office@oeav-obergailtal.at">office@oeav-obergailtal.at</a> <a href="http://www.oeav-obergailtal.at">www.oeav-obergailtal.at</a> 24. Kärnten</p>
<p><b>24.07. Sonntag 23. Int. Gernkogel-Lauf 8,1 km 1048 HD</b> 09:30 Uhr Start Alpendorf Talstation 5% A 95% S Sport Wielandner, Tel 06412/8413, Fax 8895-4 5600 St. Johann, Hauptstr. 74 LC <a href="mailto:Info@wielandner.at">Info@wielandner.at</a> <a href="http://www.aufiowi.at">www.aufiowi.at</a> 25. Salzburg</p>	<p><b>30.07. Samstag 9. Int. Losergipfel Berglauf, 8 km 1300 HM</b> 10:30 Uhr Start Kurpark Altaussee 10:00 Uhr Start Nordic Walking Bernd Loitzl 0660/3276767 8992 Altaussee, Lupitsch 114 <a href="mailto:bernd@sandling.at">bernd@sandling.at</a> <a href="http://www.loser-berglauf.at">www.loser-berglauf.at</a> 26. Steiermark</p>
<p><b>31.07. Sonntag 32. Int. Marathon-Kainach 44 km 1800 HD</b> 09:00 Uhr Kainach3er Staffel14/13,5/16,5 <b>Bergsprint NWalking18,5km</b> Hermann Sauer 0664/3445343 8573 Kainach, TUS Kainach, 8572 Bärnbach, Peter Leitner Siedlung 49 <a href="mailto:office@tus-kainach.at">office@tus-kainach.at</a> <a href="http://www.tus-kainach.at">www.tus-kainach.at</a> 27. Steiermark <b>Österreichische Marathon - Berglaufmeisterschaften</b></p>	<p><b>14.08. Sonntag 6. Kraiger Berglauf 10,6 km 670 Hm</b> Start: 10 Uhr Kraig/Kraigersee MMag. Elisabeth Starz, tel. 0664/3948485 9311 Frauenstein, Kraig/Schulstraße 18 <a href="mailto:office.abenteueralpen@gmail.com">office.abenteueralpen@gmail.com</a> <a href="http://www.kraigerberglauf.bplaced.net">www.kraigerberglauf.bplaced.net</a> 28. Kärnten</p>
<p><b>15.08. Samstag 24. Hinteralm-Brutal 7,5 km 1000 HD 5%A 95% W</b> 10:00 Uhr Start Talstation-Muckenkogelbahn/Lilienfeld Walter Zugriegel, Tel 0699/12303651 3100 St. Pölten, Dr. Steingötterstr. 20 LC Runnersworld <a href="mailto:walterzugriegel@gmx.at">walterzugriegel@gmx.at</a> <a href="http://www.runnersworld.at">www.runnersworld.at</a> 29. Niederösterreich</p>	<p><b>20.08. Samstag 14. Marterle Berglauf 5,2 km 920 HD</b> 10:00 Uhr Start Rangersdorf beim Kulturhaus, Anmeldung bis ½ vor dem Start, Möltalsport 9833 Rangersdorf 74, Manfred Jakober, Tel 0664/88693674 <a href="mailto:Manfred.jakober@timberra.com">Manfred.jakober@timberra.com</a> 30. Kärnten</p>
<p><b>27.08. Samstag 20. Annaberger Berglauf 9,0km 657 HD</b> 10:30 Uhr Start Talstation Pfarrbodenlift Karl Schachinger Tel. 0699/10084928 3222 Annaberg, Anmeldung im Gemeindeamt <a href="mailto:union@annaberg.gv.at">union@annaberg.gv.at</a> <a href="http://www.annaberg-berglauf.at">www.annaberg-berglauf.at</a> 31. Niederösterreich</p>	<p><b>02.09. Freitag 19. Internationaler Karrenlauf 3,7 km +513 - 51 HD</b> 18:00 Uhr Start Talstation-Karrensesselbahn Dornbirn, Nachwuchs selbe Strecke – Stefan Tschirf Tel 0650/4786595 6850 Dornbirn, Sonnengasse 20, SC Gütle <a href="mailto:info@sc-quetle.at">info@sc-quetle.at</a> <a href="http://www.sc-quetle.at">www.sc-quetle.at</a> 32. Vorarlberg</p>
<p><b>03.09. Samstag 25. Mohar Berglauf 6,7km 1350 HD 100% S/W</b> 10:00 Uhr Start Sagritz, Anmeldung bis ½ Std. vor dem Start Karl Janda Tel. 0664/1529717 9843 Großkirchheim, Göritz 1 SV – Döllach, <a href="mailto:janda9843@gmx.at">janda9843@gmx.at</a> 33. Kärnten</p>	<p><b>03.09. Samstag 33. Schlickeralmlauf 11,5 1100 HD, Kurz 7,2 749 HM</b> 09:00 Uhr Start in Telfes kurze Strecke 09:30 Mittelstation Froneben Andreas Stern Tel 0664/8268534 6166 Fulpmes, Bahnstraße 17, TVB Büro Fulpmes <a href="mailto:schlickeralmlauf@gmx.net">schlickeralmlauf@gmx.net</a> <a href="http://www.Schlickeralmlauf.com">www.Schlickeralmlauf.com</a> 34. Tirol</p>
<p><b>04.09. Sonntag 27. Int. Pfänder-Berglauf 3,890 km 612 HD,</b> 09:00 Uhr Start Talstation-Pfänderbahn Bregenz 5% A, 95% S/W Skiclub Bregenz (SCB), Günther ERNST 0664/1008278 6900 Bregenz, Am Tannenbach 43 <a href="mailto:info@pfaenderlauf.at">info@pfaenderlauf.at</a> <a href="http://www.pfaenderlauf.at">www.pfaenderlauf.at</a> 35. Vorarlberg</p>	<p><b>17.09. Samstag 47. Int. VKB Gislauf 7,3 km, 616 HD</b> 14:30 Start, Linz-Urfahr, Klausenweg 60% A 40% S/W 13:00 Start, Nachwuchsklassen im Zielareal des Gislaufes Kons. Helmut Kaufmann, LTU Linz, Postf. 800, 4021 Linz 664/3931514 <a href="http://www.gislauf.at">www.gislauf.at</a> <a href="mailto:office@gislauf.at">office@gislauf.at</a> <a href="mailto:kaufmannhelmut@yahoo.com">kaufmannhelmut@yahoo.com</a> 36. Oberösterreich</p>
<p><b>18.09. Sonntag 11. Aufi-Owi Vitallauf Wallern 9km, 220 HD</b> 10:30 Start Sportplatz Wallern an der Traatnach 60% A 40% S/W 09:30 Start Nachwuchswertung Thomas Mizelli, 4702 Wallern, Schallerbacher Straße 52 Tel. 0660/6527442 <a href="mailto:Mizelli.thomas@gmail.com">Mizelli.thomas@gmail.com</a> <a href="http://www.aufiowilauf.at">www.aufiowilauf.at</a> 37. Oberösterreich</p>	<p><b>02.10. Sonntag 24. Krimmler-Wasserfall-Lauf, 12,5 km, 550 HD</b> 10:00 Uhr Start Krimml und 8. Krimmler Mountainbike rennen Michael Lerch 0664/4650409 5743 Krimml, Oberkrimml 147, Sportverein USC Krimml, <a href="mailto:michaellerch@aon.at">michaellerch@aon.at</a> <a href="http://www.USC-Krimml.at">www.USC-Krimml.at</a> 38. Salzburg</p>
	<p style="text-align: center;"><b>09.10. Sonntag</b> <b>IÖBLC GRANDEFINALE</b> Zwölferhorn 10:30 Start in Sankt Gilgen Hansjörg Haslinger, Tel. 0664/2425595 <a href="http://www.berglaufcup.at">www.berglaufcup.at</a> 39. Salzburg</p>

## ÖSTERREICHISCHER BERGLAUF-CUP Offizieller Terminkalender 2022

Für den Berglaufcup (IÖBLC) werden jene Läufer/innen gewertet, die bei der Österreichischen Berglaufcup-Zentrale, Hansjörg Haslinger, 4702 Wallern, Breitwiesen 44 Tel. 0664/2425595 [h.haslinger@wienerstaedtische.at](mailto:h.haslinger@wienerstaedtische.at) eine Berglaufcupnummer zum Preis von € 20,00 erworben haben. Die Nummer ist dann bei allen MELDUNGEN als IÖBLC Nr. anzugeben! Gewertet werden alle laufenden Ergebnisse ab Bezahlung des Cupbeitrages. In vergangenen Jahren erworbene Cupnummern gelten nach Bezahlung der Berglaufcupgebühr auch für 2022 weiter!

PUNKTEWERTUNG für PLATZ 1 – 25 (30, 27, 25, 23, 21, 20, 19, ..... 1) in folgenden Altersklassen: Mu20/Wu20 Junioren/innen (2002 u. jünger), MH/WH (1988-2002), M35/W35 (1983-1987), M40/W40 (1978-1982), M45/W45 (1973-1977), M50/W50 (1968-1972), M55/W55 (1963-1967), M60/W60 (1958-1962), M65/W65 (1953-1957), M70/W70 (1948-1952), M75/W75 (1943-1947), bei Bedarf: M80/W80 (1938-1942), bei Bedarf: M85/W85 (1933-1937), bei Bedarf: M90/W90 (1932 und älter)

Keine Klassen-Zusammenlegungen bei zu wenig Teilnehmern, gewertet wird, mit Siegerehrung, ab einem (1) Starter im Ziel je Klasse(!)

Eine OFFIZIELLE ERGEBNISLISTE ist an die Geschäftsstelle des "IÖBLC im ÖLV" sofort nach dem Rennen zu senden oder per E-Mail zu übermitteln. [ilse.wakonig@outlook.com](mailto:ilse.wakonig@outlook.com)

Die besten 10 Resultate (max. 4 aus einem Bundesland) werden für die Nettowertung herangezogen, alles Übrige ist für die Bruttowertung. Bei Punktegleichheit entscheiden im Normalfall, wenn 2 oder mehrere Läufer/Innen die volle oder gleiche Punktezahl erreicht haben, die besseren Resultate gegeneinander, dann das beste, das zweitbeste, das drittbeste, etc. Streichresultat.

In ganz speziellen Fällen entscheidet das Berglauffinale „Grande Finale“.

Lauf zum Nachwuchscup des IÖBLC. Punktwertung wie beim Hauptbewerb.

Es werden nur 8 Resultate, max. 3 aus einem Bundesland für die Nettowertung herangezogen männlich und weiblich je 4 Altersklassen:

M10/W10 (2013 + jünger), M12/W12 (2011 + 2012), M14/W14 (2009 + 2010), M16/W16 (2007 + 2008). (Falls kürzere Strecke angeboten!)

Angaben zum Hauptlauf: Länge, Gesamtsteigung (+) u. ev. Gefälle (-), W = Weg, A = Asphalt, S = Schotterstraße oder Fahrweg, Startzeit, Start-Ziel, Kontaktadresse, Telefonnummer, Email.

Der Terminkalender hat KEINE Durchführungsgarantie der Veranstalter und ist daher nicht bindend! Die Läufe zum IÖBLC finden unter Patronanz des ÖLV statt und sind dementsprechend nach den Regeln des ÖLV und der IAAF durchzuführen. Unter dieses Regulativ fällt auch die Einhaltung der Anti-Dopingbestimmungen.