



<p><b>08.04. Samstag 47. Jauerling Berglauf 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> 01. Niederösterreich</p>	<p><b>22.04. Samstag 10. Glantaler Wasserweglauf 8,8 km, 423 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> 02. Kärnten</p>
<p><b>30.04. Sonntag Kraftalm Berglauf – Itter 9,6km, 896HD</b> 10:00 Uhr Start am Dorfplatz Itter – Ziel kleine Salve 10:00 Masters Start Simonini/Scherznerbauer – 5,6km, 586HD 6305 Itter, Obere Nasensiedlung 3, Josef Feller 0664/123033 <b>Österreichische – Staatsmeisterschaften im Berglauf</b> <a href="http://www.lg-itter.com">www.lg-itter.com</a> <a href="mailto:fam.feller@gmx.at">fam.feller@gmx.at</a> 03. Tirol</p>	<p><b>01.05. Montag 36. Int. Reißkofellauf, 5 km, 400 HD 10% A, 90% S</b> 10:00 Uhr Start Greifenburg am Badesee Hermann Lederer Tel 0677/64032807, 9761 Greifenburg, Amberg 8 <a href="mailto:silvesterlauf@aon.at">silvesterlauf@aon.at</a> 04. Kärnten</p>
<p><b>13.05. Samstag 2. Wein-Berg-Lauf, 10km, 340HD A 30% S 70%</b> 10:30 Uhr Start – Winzergenossenschaft, Neckenmarkt, Harkauerweg 2 Stefan Johann Pendl, 0664/88347437 7311 Neckenmarkt, Csarnaweg 4 <b>Burgenländische Landesmeisterschaften im Berglauf</b> <a href="http://my.raceresult.com/218639/registration">http://my.raceresult.com/218639/registration</a> <a href="http://www.L-MB.at">www.L-MB.at</a> 05. Burgenland</p>	<p><b>18.05. Donnerstag 42. 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> 06. Niederösterreich</p>
<p><b>20.05. Samstag 23. 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> 07. Oberösterreich</p>	<p><b>29.05. Montag 27. 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, Tanja Weiß Thalmann <a href="mailto:info@bergimdrautal.at">info@bergimdrautal.at</a> <a href="http://www.bergimdrautal.at">www.bergimdrautal.at</a> 08. Kärnten</p>
<p><b>03.06. Samstag Kainacher Berglauf 8,5 km 300 HD</b> 15:00 Uhr Start in Kainach Gottfried Schmid 0664/4253552 8573 Kainach, TUS Kainach, 8561 Söding, Stallhofnerstraße 3 <a href="mailto:office@tus-kainach.at">office@tus-kainach.at</a> <a href="http://www.tus-kainach.at">www.tus-kainach.at</a> 09. Steiermark</p>	<p><b>08.06. Donnerstag 42. Muckenkogelberglauf 10 km 900 HD40%</b> A60%S 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> 10. Niederösterreich</p>
<p><b>08.06. Donnerstag 27. Mugel-Berglauf, 10,1 km 1100 HD10%,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>11.06. Sonntag 18. Schwarzgupfberglauf 10,7 km 950HD 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> 12. Kärnten</p>
<p><b>17.06. Samstag 26. Schneeberglauf 10 km 1200 HD</b> 08:30 Uhr Start vor der Schneeberghalle LC Running Puchberg, Hr. Gerhard Panzenböck 2734 Puchberg am Schneeberg, Granatzbühelgasse 7 <a href="mailto:panzger@aon.at">panzger@aon.at</a> <a href="http://www.Schneeberglauf.at">www.Schneeberglauf.at</a> 13. Niederösterreich</p>	<p><b>18.06. Sonntag 27. HAGE Zirbitzkogel-Berglauf 8,2km 550 HD</b> 10:30 Uhr Start St. Anna <b>Ziel: Rothaidenhütte (1836m)</b> 14:00 Uhr Start Schülerlauf Hubert Fessler, 0664/8787768 8742 Obdach, Alois Kober Straße 1 SC Obdach <b>Teilnehmerlimit 150</b> <a href="mailto:Hubert.fessler@schule.at">Hubert.fessler@schule.at</a> <a href="http://www.zirbitzlauf.at">www.zirbitzlauf.at</a> 14. Steiermark</p>
<p><b>24.06. Samstag 35. Veitscher Grenzstaffellauf 54 km 2060 hm</b> 09:00 Uhr Start Veitsch <b>Ultra Alpinmarathon</b> Werner Pointner 0680/4014782 8662 Marktgemeinde St. Barbara im Mürztal, Stelzhamerstr. 4 <a href="mailto:Grenzstaffellauf@veitsch.at">Grenzstaffellauf@veitsch.at</a> <a href="http://www.grenzstaffellauf.com">www.grenzstaffellauf.com</a> 15. Steiermark</p>	<p><b>24.06. Samstag 16. 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> 16. Kärnten</p>
<p><b>25.06. Sonntag 24. 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> 17. Salzburg</p>	<p><b>01.07. Samstag 27. Mohar Berglauf 6,7km 1350 HD 100% S/W</b> 10:00 Uhr Start Sagritz, Anmeldung bis ½ Std. vor dem Start Anton Rieger 9843 Großkirchheim, Göritz 1 SV – Döllach, <a href="mailto:svdoellach@gmail.com">svdoellach@gmail.com</a> 18. Kärnten</p>
<p><b>02.07. Sonntag 35. 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 Startbereich 10:30Uhr 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> 19. Oberösterreich</p>	<p><b>02.07. Sonntag 23 Ochsenburger Berglauf 8,2 km 350 HD</b> 10:00 Uhr Start – FF Ochsenburg Naturfreunde St. Georgen-Ochsenburg 3151 St. Georgen, Hart 278, Elisabeth Moser 0664/99592332 <a href="mailto:elisa-278@gmx.at">elisa-278@gmx.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 2023**

<p><b>09.07. Sonntag Großglockner Mountain Run 12,9km 1494 HD</b> 09:30 Start Heiligenblut – Zentrum, <b>Achtung Teilnehmerlimit!</b> Info &amp; Buchungscener Heiligenblut Tel. 04824/2700-20 9844 Heiligenblut, am Großglockner, <a href="mailto:office@heiligenblut.at">office@heiligenblut.at</a> <a href="http://www.grossglocknermountainrun.at">www.grossglocknermountainrun.at</a> 21. Kärnten</p>	<p><b>15.07. Samstag 11. SILVRETTARUN 3000, 19,36 km 873HM</b> 10:00 Uhr Start, <b>Strecke Light 19km 873up/643down</b> 14.07. Start 17:00 Uhr <b>Silvretta Kids Run</b> 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> 22. Tirol</p>
<p><b>16.07. Sonntag 25. Int. Obergailtaler Berglauf 8km 800HD</b> 09:30 Uhr Start ÖAV-Freizeitpark – Ziel: Enzianhütte/Mauthneralm Sepp Lederer 0676/5858625 9640 Kötschach Mauthen, Mauthen 223, ÖAV-Obergailtal <a href="mailto:office@oeav-obergailtal.at">office@oeav-obergailtal.at</a> <a href="http://www.bstd.at/berglauf">www.bstd.at/berglauf</a> 23. Kärnten</p>	<p><b>22.07 Samstag 23. 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> 24. Kärnten</p>
<p><b>29.07. Samstag 10. 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> 25. Steiermark</p>	<p><b>06.08. Sonntag 35. Hochalm- und Tallauf, 7,3 km 840 HD</b> 10:00 Uhr Start Hauptlauf Rauris-Zentrum LC Rauris 10:00 Uhr Start Schüler + Senioren ab 75 <b>Heimalmlauf 3,5 km 298 HD</b> Robert Wallner, Tel. 0664/1122020 5661 Rauris, Vorstandsdorfstraße 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> 26. Salzburg</p>
<p><b>13.08. Sonntag 7. Kraiger Berglauf 10,6 km 670 Hm</b> Start: 10 Uhr Kraig/Kraigensee 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> 27. Kärnten</p>	<p><b>15.08. Dienstag 25. 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> 28. Niederösterreich</p>
<p><b>19.08. Samstag 15. Marterle Berglauf 5,2 km 920 HD</b> 10:00 Uhr Start Rangersdorf beim Kulturhaus, Anmeldung bis ½ vor dem Start, Mölltalsport 9833 Rangersdorf 74, Manfred Jakober, Tel 0664/88693674 <a href="mailto:Manfred.jakober@timberra.com">Manfred.jakober@timberra.com</a> 29. Kärnten</p>	<p><b>26.08. Samstag 21. Annaberger Berglauf 9,0km 637 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> 30. Niederösterreich</p>
<p><b>27.08. Sonntag Rund um den Lainzer Tiergarten 24,5 km, 648 Hm, 60% A, 40% S</b> 10:00 Start Auhof Center 1140 Wien Walter Zugriegel, Tel 069912303651 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> 31. Wien</p>	<p><b>01.09. Freitag 20. 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-guetle.at">info@sc-guetle.at</a> <a href="http://www.sc-guetle.at">www.sc-guetle.at</a> 32. Vorarlberg</p>
<p><b>03.09. Sonntag 28. 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> 33. Vorarlberg</p>	<p><b>09.09. Samstag 34. Schlickeralmlauf 11,5 1100 HD,</b> 09:00 Uhr Start in Telfes 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>17.09. Sonntag 12. Aufi-Owi Vitallauf Wallern 9km, 220 HD</b> 10:30 Start Sportplatz Wallern an der Trautnach 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> 35. Oberösterreich</p>	<p><b>23.09. Samstag Goldpokal auf den Höllenstein 7,7 km, 358 HD</b> 11:00 Uhr Start bei Sportplatz, 2380 Perchtoldsdorf, Höhenstraße 15 Ernst Graft, Tel 0664/3584842 1230 Wien, Fröhlichgasse 15 <a href="mailto:egraft@trod.at">egraft@trod.at</a> <a href="http://www.runnersworld.at">www.runnersworld.at</a> 36. Niederösterreich</p>
<p><b>30.09. Samstag 20. Kammerstein-Berglauf 4,25 km, 300 HD</b> 15:00 Start Heideparkplatz am Ende der Berggasse 2380 Perchtoldsdorf 25% A 75% S/W, Kinder-, Nachwuchswertung Michael Kniha Tel 0664/4310427 2380 Perchtoldsdorf, Siegfried Ludwigplatz 4 <a href="mailto:m.kniha@kh13.at">m.kniha@kh13.at</a> Onlineanmeldung bis 20.09. <a href="http://my.raceresult.com/232429/">http://my.raceresult.com/232429/</a> 37. Niederösterreich</p>	<p><b>01.10. Sonntag Berglauf auf den Hohen Stein, NÖ 7 km/500 HD</b> 10:00 Uhr Start beim Winzerhof Pöchingner 3621 Mitterarnsdorf 72 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> 38. Niederösterreich</p>
<p><b>01.10. Sonntag 26. 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:michaellersch@aon.at">michaellersch@aon.at</a> <a href="http://www.USC-Krimml.at">www.USC-Krimml.at</a> 39. Salzburg</p>	<p style="text-align: center;"><b>08.10. Sonntag</b> <b>IÖBLC GRANDEFINALE</b> Zwölferhorn 10:30 Start in Sankt Gilgen/Talstation Hansjörg Haslinger, Tel. 0664/2425595 <a href="http://www.berglaufcup.at">www.berglaufcup.at</a> 40. Salzburg</p>

## ÖSTERREICHISCHER BERGLAUF-CUP Offizieller Terminkalender 2023

Für den Berglaufcup (IÖBLC) werden jene Läufer/innen gewertet, die bei der Internationalen 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 2023 weiter!

**PUNKTEWERTUNG** für PLATZ 1 – 25 (30, 27, 25, 23, 21, 20,19,.....1) in folgenden Altersklassen: Mu20/Wu20 Junioren/innen (2004 u. jünger), MH/WH (1989-2003), M35/W35 (1984-1988), M40/W40 (1979-1983), M45/W45 (1974-1978), M50/W50 (1969-1973), M55/W55 (1964-1968), M60/W60 (1959-1963), M65/W65 (1954-1958), M70/W70 (1949-1953), M75/W75 (1944-1948), bei Bedarf: M80/W80 (1939-1943), bei Bedarf: M85/W85 (1934-1938), bei Bedarf: M90/W90 (1933 und älter)

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

Bei Veranstaltungen mit Rahmen des IÖBLC an unterschiedlichen Orten am selben Tag wird jeder dieser Läufe gesondert gewertet.

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“.

In die Schlusswertung kommen nur Läufer mit mindestens 5 Läufen, Jugendliche 3 Läufe.

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 (2014 + jünger), M12/W12 (2012 + 2013), M14/W14 (2010 + 2011), M16/W16 (2008 + 2009). (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.