

Datum	Lauf	Veranstalter	Info	Strecke
18. Januar 15. Februar 14. März	AOK Winterlaufserie des ASV Duisburg	Leichtathletikstadion Sportpark Wedau	www.asv-winterlaufserie.de	Kleine Serie: 5 km, 7 km, 10 km. Große Serie: 10 km, 15 km, Halbmarathon
29.03.2020	Venlo Halbmarathon	Weir Venloop	www.venloop.de	Halbmarathon
29.03.2020	Frühjahrslauf Turngemeinde 1881 Düsseldorf	TG 81 - Stoffeler Kapellenweg 65	info@tg81.de	5 km, 10 km
04.04.2020	Benrather Volkslauf	Lauftreff Düsseldorf Süd	www.lt-duesseldorf-sued.de	5 km, 10 km
19.04.2020	Brückenlauf	Polizei-Sport-Verein-Düsseldorf Ernst-Poensgen-Allee 60	www.duesseldorf-brueckenlauf.de	5 km, 10 km
26.04.2020	Metro-Marathon-Düsseldorf	Rhein-Marathon-Düsseldorf Rathausufer 10	www.metro-Marathon.de	Halbmarathon Marathon
17.05.2020	Himmelgeister Jüchtlauf	Himmelgeist 1100 Nikolausstr. 26	www.juechtlauf.de	10 km
13.06. bis 22.06.20	EWE Nordseelauf	Iventos Agentur Nordseelauf	www.nordseelauf.de <i>Leider Ausgebucht!</i>	<i>1. Etappe Langenoog 10 km 2. Etappe Baltrum 12 km 3. Etappe Norderney 12 km 4. Etappe Wangerooge 12 km Pausentag 5. Etappe Juist 12 km 6. Etappe Spiekeroog 12 km 7. Etappe Borkum</i>
07.06.2020	Benrather Schlosslauf	Lauftreff Düsseldorf Süd	www.lt-duesseldorf-sued.de	5 km, 10 km
04.07.2020	Himmelgeister Brückenlauf	Fortuna Düsseldorf	www.himmelgeister-Brueckenlauf.de	Halbmarathon
06.09.2020	Kö-Lauf	Stadtwerke Düsseldorf	www.swd-koelauf.de	5 km, 10 km, Halbmarathon
19.09.2010	Women's Run Köln	Tanzbrunnen Köln Rheinparkweg 1	www.womensrun.de	5 km, 10,5 km
25.09.2020	7 Meilen von Zons - Nachtlauf	Sportgemeinschaft Zons, Heidestadion	www.sg-zons.de	7 Meilen, 3,1 Meilen
08.11.2020	Martinslauf SFD	Verein für Sport und Freizeit von 1975 Düsseldorf-Süd e.V.	www.sfd.de	10 km, Halbmarathon
31.12.2020	Silvesterlauf Neuss	NEUSS.LÄUFT	www.neusser-silvesterlauf.de	10 km