

2018

| Januar | Februar | März | April | Mai | Juni | Juli | August | September | Oktober | November | Dezember |
|--------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|----------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|--|------------------------------------|---------------------------------------|
| 01 Mo <small>Neujahr</small> | 01 Do <small>Grundlage</small> | 01 Do <small>Grundlage</small> | 01 So <small>07</small> | 01 Di <small>01</small> | 01 Fr | 01 So <small>14</small> | 01 Mi | 01 Sa <small>13</small> | 01 Mo | 01 Do <small>Allerheiligen</small> | 01 Sa <small>26</small> |
| 02 Di | 02 Fr | 02 Fr | 02 Mo <small>Ostermontag</small> | 02 Mi | 02 Sa <small>04</small> | 02 Mo | 02 Do | 02 So <small>18 13</small> | 02 Di | 02 Fr | 02 So |
| 03 Mi | 03 Sa | 03 Sa | 03 Di | 03 Do | 03 So <small>03 04</small> | 03 Di <small>Radtreff</small> | 03 Fr | 03 Mo | 03 Mi <small>Tag der Dt. Einheit</small> | 03 Sa | 03 Mo |
| 04 Do | 04 So <small>01</small> | 04 So | 04 Mi | 04 Fr | 04 Mo | 04 Mi | 04 Sa <small>15</small> | 04 Di <small>Radtreff</small> | 04 Do | 04 So | 04 Di <small>Kraft</small> |
| 05 Fr | 05 Mo | 05 Mo | 05 Do | 05 Sa | 05 Di | 05 Do | 05 So <small>10</small> | 05 Mi | 05 Fr | 05 Mo | 05 Mi |
| 06 Sa | 06 Di <small>Kraft</small> | 06 Di <small>Kraft</small> | 06 Fr | 06 So | 06 Mi | 06 Fr | 06 Mo | 06 Do | 06 Sa | 06 Di <small>Kraft</small> | 06 Do <small>Grundlage</small> |
| 07 So | 07 Mi | 07 Mi | 07 Sa | 07 Mo | 07 Do | 07 Sa | 07 Di <small>Radtreff</small> | 07 Fr | 07 So | 07 Mi | 07 Fr |
| 08 Mo | 08 Do <small>Grundlage</small> | 08 Do <small>Grundlage</small> | 08 So | 08 Di <small>Radtreff</small> | 08 Fr | 08 So <small>05</small> | 08 Mi | 08 Sa <small>05</small> | 08 Mo | 08 Do <small>Grundlage</small> | 08 Sa |
| 09 Di | 09 Fr | 09 Fr | 09 Mo | 09 Mi | 09 Sa <small>03</small> | 09 Mo | 09 Do | 09 So | 09 Di | 09 Fr | 09 So |
| 10 Mi | 10 Sa <small>01</small> | 10 Sa | 10 Di <small>Radtreff</small> | 10 Do <small>02</small> | 10 So | 10 Di <small>Radtreff</small> | 10 Fr | 10 Mo | 10 Mi | 10 Sa <small>23 24</small> | 10 Mo |
| 11 Do <small>Grundlage</small> | 11 So | 11 So <small>02</small> | 11 Mi | 11 Fr | 11 Mo | 11 Mi | 11 Sa | 11 Di | 11 Do | 11 So | 11 Di <small>Kraft</small> |
| 12 Fr | 12 Mo | 12 Mo | 12 Do | 12 Sa | 12 Di | 12 Do | 12 So <small>11</small> | 12 Mi | 12 Fr | 12 Mo | 12 Mi |
| 13 Sa | 13 Di | 13 Di <small>Kraft</small> | 13 Fr | 13 So <small>10 01</small> | 13 Mi | 13 Fr | 13 Mo | 13 Do | 13 Sa | 13 Di <small>Kraft</small> | 13 Do <small>Grundlage</small> |
| 14 So | 14 Mi | 14 Mi | 14 Sa | 14 Mo | 14 Do | 14 Sa <small>06</small> | 14 Di <small>Radtreff</small> | 14 Fr | 14 So <small>21</small> | 14 Mi | 14 Fr |
| 15 Mo | 15 Do <small>Grundlage</small> | 15 Do <small>Grundlage</small> | 15 So <small>08</small> | 15 Di <small>Radtreff</small> | 15 Fr | 15 So | 15 Mi | 15 Sa <small>06</small> | 15 Mo | 15 Do <small>Grundlage</small> | 15 Sa |
| 16 Di <small>Kraft</small> | 16 Fr | 16 Fr | 16 Mo <small>03</small> | 16 Mi | 16 Sa <small>04</small> | 16 Mo | 16 Do | 16 So | 16 Di <small>Kraft</small> | 16 Fr | 16 So <small>27</small> |
| 17 Mi | 17 Sa | 17 Sa <small>03</small> | 17 Di <small>Radtreff</small> | 17 Do | 17 So | 17 Di <small>Radtreff</small> | 17 Fr | 17 Mo | 17 Mi | 17 Sa <small>25</small> | 17 Mo |
| 18 Do <small>Grundlage</small> | 18 So | 18 So | 18 Mi | 18 Fr | 18 Mo | 18 Mi | 18 Sa | 18 Di | 18 Do <small>Grundlage</small> | 18 So | 18 Di <small>Kraft</small> |
| 19 Fr | 19 Mo | 19 Mo | 19 Do | 19 Sa | 19 Di | 19 Do | 19 So <small>05</small> | 19 Mi | 19 Fr | 19 Mo | 19 Mi |
| 20 Sa | 20 Di <small>Kraft</small> | 20 Di <small>Kraft</small> | 20 Fr | 20 So | 20 Mi | 20 Fr | 20 Mo | 20 Do | 20 Sa <small>22</small> | 20 Di <small>Kraft</small> | 20 Do |
| 21 So | 21 Mi | 21 Mi | 21 Sa <small>09</small> | 21 Mo <small>11</small> | 21 Do | 21 Sa <small>07</small> | 21 Di <small>Radtreff</small> | 21 Fr | 21 So | 21 Mi | 21 Fr |
| 22 Mo | 22 Do <small>Grundlage</small> | 22 Do <small>Grundlage</small> | 22 So | 22 Di <small>Radtreff</small> | 22 Fr | 22 So <small>08</small> | 22 Mi | 22 Sa <small>19</small> | 22 Mo | 22 Do <small>Grundlage</small> | 22 Sa |
| 23 Di <small>Kraft</small> | 23 Fr <small>02</small> | 23 Fr <small>01</small> | 23 Mo | 23 Mi | 23 Sa | 23 Mo | 23 Do | 23 So <small>20</small> | 23 Di <small>Kraft</small> | 23 Fr | 23 So |
| 24 Mi | 24 Sa | 24 Sa <small>04</small> | 24 Di <small>Radtreff</small> | 24 Do | 24 So <small>13</small> | 24 Di <small>Radtreff</small> | 24 Fr <small>16</small> | 24 Mo | 24 Mi | 24 Sa <small>04</small> | 24 Mo |
| 25 Do <small>Grundlage</small> | 25 So | 25 So <small>05</small> | 25 Mi | 25 Fr | 25 Mo | 25 Mi | 25 Sa <small>17 12</small> | 25 Di | 25 Do <small>Grundlage</small> | 25 So | 25 Di <small>1. Weihnachtstag</small> |
| 26 Fr | 26 Mo | 26 Mo | 26 Do | 26 Sa | 26 Di | 26 Do | 26 So <small>12</small> | 26 Mi | 26 Fr | 26 Mo | 26 Mi <small>2. Weihnachtstag</small> |
| 27 Sa | 27 Di <small>Kraft</small> | 27 Di | 27 Fr | 27 So <small>02</small> | 27 Mi | 27 Fr | 27 Mo | 27 Do | 27 Sa | 27 Di <small>Kraft</small> | 27 Do |
| 28 So | 28 Mi | 28 Mi | 28 Sa <small>02</small> | 28 Mo | 28 Do | 28 Sa | 28 Di <small>Radtreff</small> | 28 Fr | 28 So | 28 Mi | 28 Fr |
| 29 Mo | | 29 Do | 29 So <small>02</small> | 29 Di <small>Radtreff</small> | 29 Fr | 29 So <small>09 03</small> | 29 Mi | 29 Sa | 29 Mo | 29 Do <small>Grundlage</small> | 29 Sa |
| 30 Di <small>Kraft</small> | | 30 Fr <small>Karfreitag</small> | 30 Mo | 30 Mi | 30 Sa <small>12</small> | 30 Mo | 30 Do | 30 So | 30 Di <small>Kraft</small> | 30 Fr | 30 So |
| 31 Mi | | 31 Sa <small>06</small> | | 31 Do <small>Fronleichnam</small> | | 31 Di <small>Radtreff</small> | 31 Fr | | 31 Mi | | 31 Mo <small>05</small> |

Laufveranstaltungen

| | | |
|----|-------|-------------------------------|
| 01 | 24.02 | Donnersberglauf |
| 02 | 11.03 | Kandel Bienwaldmarathon |
| 03 | 17.03 | Nanstein Berglauf |
| 04 | 24.03 | Rockie-Moutain-Lauf |
| 05 | 25.03 | Kaisersl. Halbmarathon |
| 06 | 31.03 | Rheinzaberner Osterlauf |
| 07 | 01.04 | Rodenbacher Trail |
| 08 | 15.04 | Deutsche Weinst. Marathon |
| 09 | 21.04 | Maximiliansau Rheinlauf |
| 10 | 13.05 | Dammheim (SÜW-Cup) |
| 11 | 21.05 | Rülzheim Pfingstlauf |
| 12 | 30.05 | Gäulauf |
| 13 | 24.06 | Nußdorf (SÜW-Cup) |
| 14 | 01.07 | Zeiskam Queichtalllauf |
| 15 | 04.08 | Bellheim Sommernachtslauf |
| 16 | 24.08 | Herxheim Abendstraßenlauf |
| 17 | 25.08 | Birkweiler Hohentrail |
| 18 | 02.09 | Rülzheim Südpfalzlauf |
| 19 | 22.09 | Albersweiler Orensfelstrail |
| 20 | 23.09 | Göcklingen (SÜW-Cup) |
| 21 | 14.10 | Offenbach (SÜW-Cup) |
| 22 | 20.10 | Bad Dürkheimer Berglauf |
| 23 | 10.11 | Potzberg-Berglauf |
| 24 | 10.11 | St. Martin Martinslauf |
| 25 | 17.11 | Kalmit-Berglauf |
| 26 | 01.12 | Hassloch Nikolauslauf |
| 27 | 16.12 | Rheinzaberner Winterlaufserie |

Triathlonveranstaltungen

| | | |
|----|-------|----------------|
| 01 | 13.05 | Heidsee Forst |
| 02 | 27.05 | Schifferstadt |
| 03 | 03.06 | Mussbach |
| 04 | 03.06 | Kraichgau |
| 05 | 08.07 | Herxheim |
| 06 | 14.07 | Blausee |
| 07 | 21.07 | Ladenburg |
| 08 | 22.07 | Mühlacker |
| 09 | 29.07 | Heidelberg |
| 10 | 05.08 | City Frankfurt |
| 11 | 12.08 | Summertime |
| 12 | 25.08 | Viernheim |
| 13 | 01.09 | Köln |

offizielle LCO-Veranstaltungen

| | | |
|----|-------|--------------------------|
| 01 | 10.02 | Ehrungsabend |
| 02 | 23.02 | Sportabzeichenverleihung |
| 03 | 16.03 | Mitgliederversammlung |
| 04 | 02.06 | Seniorensporfest |
| 05 | 08.09 | Rietburglauf |

interne LCO-Veranstaltungen

| | | |
|----|-------|-----------------|
| 01 | 23.03 | Hallenabschluß |
| 02 | 28.04 | TPL |
| 03 | 29.07 | Blausee |
| 04 | 24.11 | Weihnachtsfeier |
| 05 | 31.12 | Silversterlauf |

Renntouren

| | | | | |
|----|-------|----------------------------|-------|------------|
| 01 | 01.05 | Göcklingen "Brauhaus-Tour" | 13:30 | ca. 60 km |
| 02 | 10.05 | Hermersbergerhof | 13:30 | ca. 80 km |
| 03 | 09.06 | "2-Berge-dann ins Gäu" | 13:30 | ca. 75 km |
| 04 | 16.06 | Lindemannsruhe | 9:30 | ca. 100 km |
| 05 | 19.08 | Frankreich - Weißenburg | 9:30 | ca. 120 km |
| 06 | 15.09 | Göcklingen "Brauhaus-Tour" | 13:30 | ca. 60 km |

Radtreff: 18:00

Schulferien RLP

Mallorca

Krafttraining: 19:00

Grundlagentraining: 18:00