

LCO - Trail Run & Long Run Herbst & Winter 2024 - 2025 Stand 16.12.2024

	Termine	Startzeit	Bezeichnung	Tourenbeschreibung	Länge in km	Höhe in m	Ausgangspunkt	Hütte
Läufe mit festem Termin								
A	19.10.2024	14:00h	27. Bad Dürkheimer Berglauf	von Bad Dürkheim durch die Weinberge zum Waldrand und über Trails zum Bismarkturm	8,7	510	DÜW Sporthalle Berufsbildende Schule Leistadter Straße	siehe Ausgangspunkt
B	9.11.24	14:30h	39. Potzberg-Berglauf	von Gimsbach über öffentliche Straßen auf den Potzberg	8,2	350	Gimsbach	Glan-Münchweiler
C	16.11.24	14:15h	30. Kalmit-Berglauf	von Maikammer auf den Kalmitgipfel	8,3	505	Maikammer	Maikammer
D	31.12.24	09:45h	LCO-Silvesterlauf	Heldenstein,Taubensuhl, Heldenstein	19,1	370	Heldenstein	Naturfreundehaus EDE
E	22.2.25	15:00h	31. Donnersberg-Lauf	von Steinbach auf den Donnersberg	7,2	418	Steinbach	

Läufe werden nach Absprache festgelegt

1		10:00h	Monica-Peter-Spezial	Totenkopf-Hütte,Trail Richtung Kaltenbrunner Tal, Heller Hütte, Trail Richtung Kleine Ebene,Heller Hütte,Totenkopf	13,3	370	Totenkopf	Totenkopf
2		10:00h	Kaltenbrunner Tal	Totenkopf, Römer-Wachstube, Kaltenbrunner Hütte, Heller Hütte, Totenkopf	13,6	370	Totenkopf	Totenkopf
3		10:00h	Walddusche	Gleisweiler, Walddusche,Landauer Hütte,Neuscharfeneck, 3-Buchen,Wetterkreuz,Anna-Kapelle, Gleisweiler	14,2	495	Klinik Gleisweiler	Rhodt/ Cafe Ludwig
4		10:00h	Jürgen-Spezial	Gleisweiler,Frankweiler,St Johann, Orensfelsen,Landauer Hütte, 3-Märker,Trifels-Blick-Hütte, Gleisweiler	14,8	605	Klinik Gleisweiler	Rhodt/ Cafe Ludwig
5		10:00h	Kesselberg einmal anders	Rietania Hütte,Schweizer-Haus, Ludwigsturm, Kohlplatz,Kesselberg,Naturfreundehaus,Villa Ludwigshöhe, Rietania Hütte	14,8	625	Rietania Hütte	Rhodt/ Cafe Ludwig
6		10:00h	Hohe Loog Hütte-Kalmit	Maikammer,Clausental,Hambach,Hohe Loog Hütte, Kalmit,Waldhaus Wilhelm,Maikammer	15,0	515	Parkplatz Stoppomat	Maikammer Eiscafe
7		10:00h	Putz die Platte	Totenkopf, Heller Hütte, Kaisergarten, Heidenbrunner Tal, Kaltenbrunner Tal, Heller Hütte, Totenkopf	15,2	495	Totenkopf	Totenkopf
8		10:00h	über den Hochberg	Sportschule,Siegfriedschmiede,Werderberg,Hochberg,St. Martin Hütte,Hüttenbrunnen,Rietburg ,Sportschule	15,6	565	Sportschule	Rhodt/ Cafe Ludwig
9		10:00h	Rund um den Hochberg	Parkplatz Friedensdenkmal,St. Martin Hütte, Römer Wachstube, Woisel, Ostseite Hochberg, Friedensdenkmal	15,7	420	Friedensdenkmal	Friedensdenkmal
10		10:00h	Ludwigsturm von Lolosruhe	Lolosruhe,Benderplatz,Kohlplatz, Ludwigsturm,Kohlplatz,Benderplatz,Lolosruhe	16,2	385	Lolosruhe	Naturfreundehaus EDE
11		10:00h	Ruff un Nunner	Naturfreundehaus(NFH),Hüttenbrunnen, Engelsleiter,Fronbaum,4-Buchen-Hütte, Heldenstein,Schänzelturm,NFH	16,3	600	Naturfreundehaus EDE	Naturfreundehaus EDE
12		10:00h	Dernbach Tal	Lolosruhe-Heldenstein-Richtung 3 Buchen, Richtung Ramburg, Hochstraße_Heldenstein-Lolosruhe	16,7	300	Lolosruhe	Naturfreundehaus EDE
13		10:00h	Laura-Lauf	Forsthaus Weilach, Bismarck-Turm, Lindemannsruhe, Laura Hütte, Ungeheuersee, Lindemannsruhe,Forsthaus Weilach	17,5	395	Forsthaus Weilach Parkplatz	Maikammer Eiscafe
14		10:00h	Studer Spalte	Maikammer,Kalmit,Totenkopf,Studer-Spalte,Totenkopf,Klausental,Maikammer	17,8	655	Parkplatz "Stoppomat"	Maikammer Eiscafe
15		10:00h	Heimbach Weiher	Parkplatz Heldenstein, Pferdstrappental, Heimbach Weiher, Schuhmacherstiefel,Heldenstein	17,9	485	Parkplatz Heldenstein	Naturfreundehaus EDE
16		10:00h	Drei-Burgen-Lauf	3-Buchen, Meistersel, Ramburg, Ramberg, Neuscharfeneck, 3-Buchen	19,5	610	3-Buchen	3-Buchen
17		10:00h	Eckkopf-Lauf	Gimmeldingen Sportplatz, Forsthaus Benjental, den Berg hoch zum Eckkopf, Haardttrand Wachenheim, Gimmeldingen	21,0	685	Gimmeldingen Sportplatz	Maikammer Eiscafe
18		10:00h	22 km Lauf	Lolosruhe, Benderplatz, Frankenburg,Heldenstein, Totenkopf, Römer-Wachstube,Lolosruhe	22,0	335	Lolosruhe	Naturfreundehaus EDE