



## „8 aus 24“ – Die Lauf-& Walkingserie 2022

1- Sa, 11 Juni 2022:

[Steinfurter Altstadt-Abendlauf - Laufserie Nord-Münsterland](#)

Strecken: 1 km - 2 km - 5 km - 10 km

2- Sa, 18 Juni 2022:

[Vituslauf Everswinkel](#)

Strecken: 1 km - 5 km - 10 km - 25 km

3- So, 19 Juni 2022:

[Benefizlauf für die Alters- und Palliativmedizin der EUREGIO-KLINIK, Nordhorn](#)

Spendenlauf mit Bambini-Lauf, Staffellauf für Teams (4 P.), 5 und 10 Kilometer-Lauf

4- Sa, 25 Juni 2022:

[Ellewick Schützenfestlauf in Vreden-Ellewick](#)

Strecken: 1,5 km - 5 km - 10 km

5- Sa, 02 Juli 2022:

[Bentheimer Waldlauf ...rund um´s Bad](#)

Strecken: 1,9 km - 5 km - 5 km Walking/Nordic-Walking - 10 km

6- Fr, 08 Juli 2022:

[Roruper Abendlauf in Dülmen-Rorup](#)

Strecken: 1,5 km - 3 km - 10 km - Halbmarathon

7- Sa, 09 Juli 2022:

[Citylauf in Schüttorf](#)

Strecken: 2,5 km - 5 km - 10 km

8- Sa, 30 Juli 2022:

[Münsterland-Sternlauf - Benefizlauf zu Gunsten der Kinderkrebshilfe Münster](#)

Strecke: 66 km nach Münster Start um 09:30 Uhr in Rheine, Jahnstadion

9- Fr, 05 August 2022:

[Baumberge Abendlauf in Laer-Holthausen](#)

Strecken: 1 km - 2,5 km - 5 km - 10 km

10- Sa, 13 August 2022:

[Bever-Lauf in Ostbevern - Cup Laufserie](#)

Strecken: 2 km - 5 km - 10 km - 21,1 km - 7 km Walking/Nordic Walking

11- Sa, 20 August 2022:

[Aaseelauf Ibbenbüren - Laufserie Nord-Münsterland](#)

Strecken: 1 km - 5 km - 10 km - Halbmarathon



12- Fr, 26 August 2022:

[Schöppinger Volkslauf - Rund um den Schöppinger Berg](#)

700 m - 2,5 km - 5 km - 7 km - 10 km

13- Sa, 27 August 2022:

[Altenberger Berglauf - Laufserie Nord-Münsterland](#)

Strecken: 1,3 km - 2 km - 5 km - 10 km

14- Sa, 27 August 2022:

[Salzbergener Raffinerielauf](#)

Laufstrecken: 1700 Meter - 5 km - 10 km - 5 km Walking/Nordic-Walking

15- Sa, 10 September 2022:

[Nordhorner Meile](#)

Strecken: 1 km - 2 km - 5 km - 10 km

16- Sa, 17 September 2022:

[City-Lauf Telgte](#)

Strecken: 2,5 km - 5 km - 10 km

17- Sa, 01 Oktober 2022:

[Kirmeslauf in Saerbeck - Laufserie Nord-Münsterland](#)

Strecken: 1,2 km - 2 km - 5 km - 10 km

18- Sa, 08 Oktober 2022:

[Citylauf in Coesfeld](#)

Strecken: 1 km - 5 km - 10 km

19- Sa, 15 Oktober 2022:

[Teutoburger Waldlauf](#)

Strecken: 6 km - 12,2 km - 29 km

20- Sa, 22 Oktober 2022:

[Nordwalder Laufspektakel](#)

Laufstrecken: 1 km - 2 km - 5 km - 10 km - Halbmarathon (amtlich vermessen)

21- Sa, 29 Oktober 2022:

[Allerheiligenlauf Nordwalde - Laufserie Nord-Münsterland](#)

Strecken: 1 km - 2 km - 5 km - 10 km



**22- So, 06 November 2022:**

**[Steinhart500 - Der Bagno Buchenberg Marathon](#)**

Strecken: 14 km - 28 km - 42 km - 56 km

**23- Sa, 26 November 2022:**

**[Adventslauf in Mesum - Laufserie Nord-Münsterland](#)**

Strecken: 1 km - 2 km - 5 km - 10 km

**24- Sa, 03 Dezember 2022:**

**[Nikolauslauf in Steinfurt-Burgsteinfurt](#)**

Strecke: 10 km

\*Anmerkung: Die markierten Läufe sind auch für Walker/ Nordic Walker geeignet

**"8 aus 24" der Lauf-& Walkingevent 2022**

- 
- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Steinfurter Altstadt-Abendlauf  | <input type="checkbox"/> Vituslauf Everswinkel                   |
| <input type="checkbox"/> Benefizlauf für die Alters- und Palliativmedizin der EUREGIO-KLINIK, Nordhorn | <input type="checkbox"/> Schützenfestlauf in Vreden-Ellewick     |
| <input type="checkbox"/> Bentheimer Waldlauf ...rund um´s Bad  | <input type="checkbox"/> Roruper Abendlauf in Dülmen-Rorup       |
| <input type="checkbox"/> Citylauf in Schüttorf   | <input type="checkbox"/> Münsterland-Sternlauf                   |
| <input type="checkbox"/> Baumberge Abendlauf in Laer-Holthausen  | <input type="checkbox"/> Bever-Lauf in Ostbevern                 |
| <input type="checkbox"/> Aaseelauf Ibbenbüren  | <input type="checkbox"/> Schöppinger Volkslauf                   |
| <input type="checkbox"/> Altenberger Berglauf  | <input type="checkbox"/> Salzbergener Raffinerielauf             |
| <input type="checkbox"/> Nordhorner Meile  | <input type="checkbox"/> City-Lauf Telgte                        |
| <input type="checkbox"/> Kirmeslauf in Saerbeck  | <input type="checkbox"/> Citylauf in Coesfeld                    |
| <input type="checkbox"/> Teutoburger Waldlauf  | <input type="checkbox"/> Nordwalder Laufspektakel                |
| <input type="checkbox"/> Allerheiligenlauf Nordwalde   | <input type="checkbox"/> Steinhart500                            |
| <input type="checkbox"/> Adventslauf in Mesum  | <input type="checkbox"/> Nikolauslauf in Steinfurt-Burgsteinfurt |

---

**Name**