

REISEN UND ERLEBEN

Die schönsten Marathon-Strecken in aller Welt

Sie haben die Metropolen erobert . . .	10
<hr/>	
USA – hier nahm der »Boom« seinen Anfang	14
Boston: Marathonläufe seit dem vorigen Jahrhundert	16
New York: das größte Sportspektakel	23
Chicago: der Ehrgeiz, New York zu übertreffen	36
Twin-Cities-Marathon, Minneapolis	40
San Francisco: die schönste Stadt der USA	40
Honolulu: Hier laufen auch Kinder und Herzkranke	44
Los Angeles: Der Smog ist nicht schlimmer als in Berlin	46
Marathon Houston/Texas	48
Orange-Bowl-Marathon Miami	49
Pikes-Peak-Marathon, Colorado Springs	49
Avenue-of-the-Giants-Marathon, Weott	49
Atlanta-Marathon	50
Grand-Ma-Marathon	50
Marathon St. Louis – Third Olympiad Memorial	50
Bay to Breakers, San Francisco (12 km)	51
Peachtree Road Race, Atlanta (10 km)	51
Falmouth Road Race (7 Meilen)	51
Gasparilla Distance Classic (15 km)	52
10-km-L Eggs Mini-Marathon New York	52
Bolder Boulder (10 km)	52
<hr/>	
Kanada – Laufen erst seit 1976 populär	54
Montreal: nach dem Rezept von New York	54
Buffalo/Niagara-Falls-Marathon: als einziger grenzüberschreitend	56
Marathon Vancouver	57
Marathon Ottawa	58
Calgary-Marathon	58
Marathon de la Francophonie, Chicoutimi	58
<hr/>	
Karibik – auch für Läufer eine einzigartige Atmosphäre	59
Puerto Rico: Huldigung an St. Blasius	59
Jamaika International Marathon	64
Bermudas-International-Marathon	64
Barbados-International-Marathon	64
<hr/>	
Mexico	65
Marathon Mexico City: einer der interessantesten Kurse der Welt	65
<hr/>	
Kolumbien hatte schon immer gute Langläufer	66
Internationaler Straßenlauf Bogotá	66
10-km-Lauf Tumaco	67
<hr/>	
Bolivien	67
Inca-Marathon La Paz	67
<hr/>	
Uruguay	67
Straßenlauf Punta del Este	67
<hr/>	

Peru	68
Andes del Peru Huancayo	68
Brasilien – und der berühmteste Lauf der Welt	68
Maratona do Rio	69
São Paulo: ins neue Jahr laufen	75
Strandlauf Rio Leblon-Leme	80
Die Deutschen taten etwas für die Frauen	81
Hoechst-Marathon Frankfurt	83
Berlin: Deutschlands größter Marathonlauf	90
München: Millionendorf und Weltstadt mit Herz	97
Bremen-Marathon	101
Schwarzwald-Marathon	102
Rhein-Ruhr-Marathon Duisburg	104
Marathon Kandel	105
Marathon Dülmen	105
hanse-Marathon Hamburg	106
Die Nacht von Borgholzhausen	106
25 km de Berlin (»Franzosenlauf«)	107
Osterlauf Paderborn	108
Nürburgringlauf	109
In der DDR hat Breitensport weniger Chancen	111
Berliner Friedenslauf	111
Marathon Karl-Marx-Stadt	112
Rennsteiglauf	112
Romanische Begeisterung in Frankreich	114
Paris: Von Bois zu Bois	115
Marathon Neuf-Brisach	121
Marvejols–Mende	122
20 km de Paris	123
Paris–Versailles	123
Marathon Lyon	124
Marathon Marseille	124
Enduro Pedestre des Sables	124
Auf und ab in Holland	125
Enschede: klein, aber fein	125
Rotterdam: »Hasen« auf Rekordjagd	129
Marathon Amsterdam	130
Westland-Marathon	132
Apeldoorn-Midwinter-Marathon	132
City-Pier-City-Lauf, Den Haag	132
In Belgien laufen meist die Flamen	133
Vom »Manneken Pis« nach Antwerpen	133
Marathon Brüssel	133
20 km Brüssel	134
25 km Veteranen Brügge	134
Halbmarathon Eupen	134
Sportliche Politiker in Luxemburg	135
Marathon Echternach – keine Springprozession	135
Halbmarathon »Route du Vin«	136

Die Schweizer erfanden den Volkslauf	137
Murtenlauf – legendenumwoben	137
Züri-Marathon	140
Marathon Genf	141
100 km Biel	141
Grand Prix von Bern	142
Sierre–Montana	142
Sierre–Zinal	142
Danis-Berglauf	144
Matterhorn-Berglauf	144
<hr/>	
Jetzt laufen sogar die Österreicher	145
Wiener City-Marathon mit Schmäh	145
Stadt-Marathon Linz	146
»Rund um den Wolfgangsee«	146
Mondseelauf 21,1 km	146
Kitzbüheler Horn-Lauf	147
<hr/>	
Die Skandinavier sind Ausdauersportler	149
Stockholm-Marathon im Frühsommer	150
Malmö-Marathon	156
Brücken-Marathon Öland	156
Örebro-Marathon	157
Lidingö-Lauf	157
Kungsbackaloppet	158
Stockholmsloppet	158
Den Oslo-Marathon gewinnen die Schweden	158
Wonderful-Kopenhagen-Marathon ohne Atmosphäre	158
Eremitage-Lauf Kopenhagen, 14 km	159
<hr/>	
Finland – klassisches Land der Langstreckenläufer	160
Helsinki-City-Marathon	160
Lasse-Hölkka-Lauf, Myrskylä	162
100 km Harttola	163
Finlandia-Marathon, Jyväskylä	163
<hr/>	
Island – garantiert kein Hitzelauf	164
Reykjavík-Marathon	164
<hr/>	
Italien – Improvisation erhöht die Stimmung	165
ROMARATONA – das Kleinod unter den Marathonläufern	166
Stramilano – quer durch Mailand	170
Marathon Mailand	172
Marathon Monza	172
Marathon Cesano Boscone	172
Marathon Meran	172
<hr/>	
Erstaunlicher Aufschwung in Spanien	173
Marathon Barcelona	173
San Sebastian	176
Marathon Madrid	176
Marathon Mallorca	176
<hr/>	
Portugal – Weltklasseläufer, aber kein Stadtmarathon	178
Halbmarathon Nazaré	179
<hr/>	

Großbritannien – die wahre Heimat des Straßenlaufs	181
London-Marathon – der größte der Welt	181
Glasgow-Marathon	188
Bolton-Marathon	189
Wolverhampton-Marathon	189
Jersey-Marathon	189
London–Brighton	189
Belfast-Marathon	189
In Irland der größte Frauenlauf der Welt	191
Marathon Dublin	191
Cork-Marathon	194
Der Mini-Marathon der Frauen	194
An den »Quellen«: Griechenland	199
Marathon – Athen	199
Spartathlon durch den Peloponnes	202
In der Sowjetunion ist Marathon kein Volkssport	203
Moskauer Friedens-Marathon – ohne Kommunikation mit dem Ausland	203
Jugoslawien bietet einen Geheimtip	205
Plitvice-Marathon	205
Tschechoslowakei – die Heimat vieler Zatopeks	206
Friedens-Marathon Kosice – manchmal mit Rückenwind	206
Bechovice – Prag	207
Rude-Pravo-Lauf	207
Ungarn hat sogar einen Super-Marathon	208
Szeged	208
Budapest	208
Donau-Supermarathon	208
Warmherziger Empfang in Polen	209
Türkei: von einem Kontinent zum anderen	209
Eurasia-Marathon Istanbul	209
Auch Israel hat eine Marathon-Tradition	210
Tiberias-Marathon – 200 m unter dem Meeresspiegel	210
Tel-Aviv-Marathon	217
Japan – Harakiri am Ende der Laufbahn	218
Fukuoka-Marathon: superperfekte Organisation und schnellster Kurs	218
Tokio Männer-Marathon	220
Frauen-Marathon Osaka	220
Volksmarathon um den Kawaguchi-See	220
Blendende Organisation: China	222
Ausdauernde Energie wird in Korea geschätzt	223
Seoul-International-Marathon	223
Marathon auch im Klima der Philippinen	225
Manila-International-Marathon	226

Zwei Marathonläufe in Hongkong	232
Maçao – mit chinesischen Gästen	232
Indonesien – Marathon bei 100 Prozent Luftfeuchtigkeit	233
Djakarta-Marathon	233
Malaysia	233
Kuala Lumpur – hier ist Marathon alles andere als Zuckerschlecken	233
Indien – die meisten Läufer sind Sikhs	234
Open Marathon Indian	234
Saudi-Arabien – nur mit viel Wasser erträglich	235
Taif-Mountain-Marathon	235
Kamerun	236
Guinness Mount Cameroun Race mit Bergstock	236
Tansania – Weltrekorde im afrikanischen Hochland	237
Am Fuß des Kilimandscharo: Mount-Meru-Marathon	237
Kenia	239
Nairobi-Marathon	239
Äthiopien	239
Abebe-Bikila-International-Marathon	239
Tricks gegen die Isolation: Südafrika	240
Comrades-Marathon	241
Two-Oceans-Marathon	242
Zimbabwe hielt an der britischen Tradition fest	242
Zimbabwe-Marathon	242
Marathon im Südpazifik – Australien, Neuseeland, Ozeanien	243
BIG-M-Melbourne-Marathon	244
Sydney: Wang-Australian-Marathon	244
Adelaide-Festival-City-Marathon	245
Nike-Canberra-Marathon	245
Auckland	245
Christchurch	245
Hamilton	246
Rotorua-Marathon	246
Marathon im Südseezauber	246