

# INHALT

EINLEITUNG	06	Das Dipsea Trail Race (USA)	82
		Die Copacabana bei Tagesanbruch (Brasilien)	88
AFRIKA	08	Das Ufer von Chicago (USA)	94
Der Safaricom-Halbmarathon (Kenia)	10	Badwater 135 (USA)	100
Der Marathon des Sables (Marokko)	18	Bay to Breakers (USA)	106
Der Great Ethiopian Run	24	Québec im Winter (Kanada)	112
Der Comrades Marathon (Südafrika)	30	Der Big-Sur-Marathon (USA)	118
		La Paz (Bolivien)	124
AMERIKA	36	Portlands Park Run (USA)	130
Der Boston-Marathon (USA)	38	Grand Canyon Rim-to-Rim-to-Rim (USA)	136
Havannas El Malecón (Kuba)	44		
Mesa Trail (USA)	52	ASIEN	142
Vancouver Seawall (Kanada)	58	Der Jinshanling Great Wall Marathon (China)	144
Der Barkley-Marathon (USA)	64	Hongkongs Victoria Peak (China)	150
Der Costa-Rica-Regenwald-Lauf	70	Ein Abenteuerlauf in Indien	156
Rund um die National Mall (USA)	76	Das Kamo-Ufer in Kyoto (Japan)	162

Der Angkor-Wat-Halbmarathon (Kambodscha)	168	Der Athen-Marathon (Griechenland)	256
Der Afghanistan-Marathon	174	Arrancabirra (Italien)	262
Ein Lauf im Himalaya-Vorgebirge (Nepal)	180	Der Nordpol-Marathon	268
Seouls Han-Fluss (Südkorea)	186		
		AUSTRALIEN & NEUSEELAND	274
EUROPA	192	Der Great Ocean Road Marathon (Australien)	276
Ein Lauf entlang der Amalfiküste (Italien)	194	Ein Lauf im Melbourne Park – ein Muss! (Australien)	282
Auf Sightseeing-Tour in Edinburgh (Schottland)	202	Der Ormiston Gorge and Pound Loop (Australien)	288
Ode an einen Laufhelden (Tschechische Republik)	208	Der Kepler Track (Neuseeland)	294
Tor zur Vergangenheit in Pembrokeshire (Wales)	214	Sydneys spektakuläre Strandpromenade (Australien)	300
Hoch hinaus in Barcelona (Spanien)	220	Ultra-Trail Australien	306
Ein Klassiker des Lake District (England)	226	Die Geister von Waihi (Neuseeland)	312
Best of Berlin (Deutschland)	232	Die Freycinet-Halbinsel in Tasmanien (Australien)	318
Der London-Marathon (England)	238		
Buongiorno Roma! (Italien)	244	REGISTER	324
Dublins wilde Halbinsel (Irland)	250		