

41. Starnberger Landkreislauf in Gilching - Argelsried



Samstag, 11. Oktober 2025
Start: 12:00 Uhr

Ausrichter:
TSV Gilching-Argelsried e.V.



unterstützt durch:



Gemeinde Gilching



Süddeutsche Zeitung



Kreissparkasse
München Starnberg Ebersberg

Xenofit®

solventum

Organisation

Veranstalter:

Fachbereich Kinder, Jugend und Familie des Landkreises Starnberg und der Sportkreis Starnberg im BLSV

Ausrichter:

TSV Gilching-Argelsried e.V.

Schirmherr:

Landrat Stefan Frey

Sanitätsdienst:

Bayerisches Rotes Kreuz im Landkreis Starnberg

Bewerbe

Bambinilauf:

Unser Bambinilauf richtet sich an die Kleinsten, die noch nicht am Hauptlauf teilnehmen können. Startberechtigt sind die Jahrgänge 2018 und jünger. Der Lauf wird nicht als Staffellauf durchgeführt. Es gibt keine Wertung. Jedes Kind erhält nach dem Lauf ein kleines Geschenk. Streckenlänge ca. 0,7 km mit wenigen Höhenmetern (Hm).

Hauptlauf:

Staffellauf mit sechs Staffelteilnehmerinnen und -teilnehmern über insgesamt 27,4 km. Es gibt drei verschiedene Strecken, die je zweimal gelaufen werden.

Die 2024 neu eingeführte Kinderwertung auf verkürzter Strecke wird beibehalten. Kinder mit den Jahrgängen 2014-2017 laufen 4x die mittlere und 2x die kurze Strecke. Start ist gemeinsam mit dem Hauptlauf.

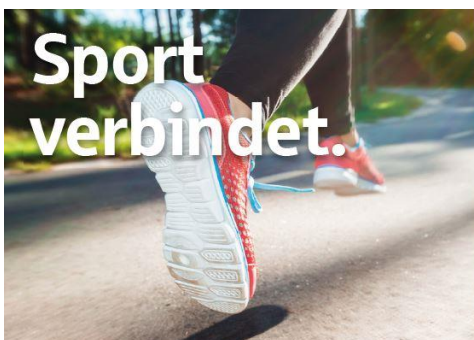
Wertungen

Bambinilauf:

Ohne Wertung. Jedes Kind erhält im Ziel ein kleines Geschenk und eine Urkunde.

Hauptlauf:

1. Landkreis Damen – Gewinn: Wanderpokal
2. Landkreis Herren – Gewinn: Wanderpokal
3. Landkreis Mixed (mind. 2 Damen) – Gewinn: Wanderpokal
4. Landkreis Kinder (Jahrgang 2014 -2017) auf verkürzter Strecke
5. Landkreis Jugend (Jahrgang 2010-2013)
6. Landkreis Firmen und Behörden – Gewinn: Wanderpokal
7. Gäste (nur eingeladene Mannschaften)



Wir fördern Sport.

Mit Spenden, Sponsoring und unseren Stiftungen unterstützen wir zahlreiche Vereine und Institutionen in unseren Landkreisen.

www.kskmse.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Kreissparkasse
München Starnberg Ebersberg

Reglements

Bambinilauf:

Jedes Kind mit dem Jahrgang 2018 und jünger, das im Landkreis wohnt, zur Schule geht oder einen Verein besucht.

Hauptlauf:

Mitglieder bzw. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Vereinsmannschaften, Laufgemeinschaften, Firmen, Behörden, Schulen oder sonstigen Gruppen, die ihren Sitz oder ihre Niederlassung im Landkreis Starnberg haben. Jede Staffel darf maximal **eine Gastläuferin bzw. Gastläufer einsetzen**. Weitere begründete Ausnahmen bedürfen der Genehmigung durch die Veranstalter.

Gästemannschaften können nur auf Einladung der Veranstalter teilnehmen. Sie werden getrennt gewertet.

Kinderstaffel:

Jahrgang 2014-2017 (in Ausnahmefällen können auch jüngere Kinder starten, sofern sie ausschließlich die kurze Strecke laufen).

Um die Kinder nicht zu überfordern wird bei der Kinderstaffel 4x die mittlere und 2x die kurze Strecke gelaufen. Start ist gleichzeitig mit dem Hauptlauf. Die Strecken teilen sich nach ca. 2,0 km. Dort wird auf die Teilung hingewiesen und es werden dort vermehrt Streckenposten eingesetzt.

Jugendstaffel:

Jahrgang 2010-2013 (in Ausnahmefällen können auch jüngere Kinder starten, sofern sie die unten angegebenen empfohlenen Streckenlängen nicht überschreiten). Die Jugendstaffeln laufen die regulären Strecken des Hauptlaufes.

Erwachsenenstaffel:

Jahrgang 2009 und älter (in Ausnahmefällen können auch jüngere Sportlerinnen und Sportler in Erwachsenenstaffeln teilnehmen).

Empfehlung Streckenauswahl für Kinder- und Jugendstaffeln:

Wir bitten die Mannschaftsführerinnen und Mannschaftsführer darauf zu achten, die Streckenlängen den Fähigkeiten und dem Alter der Kinder und Jugendlichen anzupassen. Die Heranwachsenden sollen auf keinen Fall überfordert werden.

Hier die Altersempfehlungen des Deutschen Leichtathletikverbandes:

U10: Kurze Strecke (in Ausnahmefällen und bei guter Kondition auch die mittlere Strecke)

U12: Kurze und mittlere Strecke (in Ausnahmefällen und bei guter Kondition auch die lange Strecke)

Definition Gastläuferin und Gastläufer:

Alle Sportlerinnen und Sportler, die nicht im Landkreis wohnen, keiner Schule, keinem Verein, keiner Firma und keiner Verwaltung aus dem Landkreis angehören.

Fair Play:

Wir bitten alle Mannschaften die Wertungskriterien einzuhalten und bei der Meldung genau darauf zu achten, in welcher Wertungsgruppe gestartet wird. Jede Läuferin und jeder Läufer darf in einer Staffel nur eine Etappe absolvieren. Bei Zuwiderhandlung erfolgt entweder ein Zeitaufschlag oder die Disqualifikation der Mannschaft.

Eine Begleitung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer – auch mit Fahrrädern – ist nicht zugelassen (Unfallgefahr).

Laufbörse:

Unter www.landkreislauf-starnberg.de ist eine Laufbörse eingerichtet. Auskunft erteilt Herr Lübke unter Tel. 08151-148 77428 oder per E-Mail an info@landkreislauf-starnberg.de.

Teilnehmerlimit:

Es sind maximal 200 Mannschaften Startberechtigt um die Menge an Teilnehmergeschenken usw. nachhaltiger planen zu können. Der Bambini Lauf ist davon nicht betroffen.

Zeitmessung:

Erfolgt durch die **Datasport Germany GmbH**. Zur Zeitmessung wird ein Staffelstab verwendet. Der Staffelstab ist von der letzten Läuferin/ vom der letzten Läufer zurück zu geben. Bei Verlust müssen wir 10,00 € berechnen.

Anmeldung:

Bambinilauf:

Die Anmeldung finden Sie ab Mitte Juli auf www.landkreislauf-starnberg.de und ist bis Sonntag, 05.10.2025 möglich. Eine Anmeldung vor Ort am Veranstaltungstag ist ebenfalls möglich.

Hauptlauf:

Ab Mitte Juli online unter www.landkreislauf-starnberg.de bis **Sonntag, 05.10.2025, 23:59 Uhr**. Eine Nachmeldung ist nicht möglich.

Die Teammitglieder können bis Freitag, 10.10.2025 selbstständig über einen Link in der Bestätigungsmail geändert werden.

Danach ist eine Änderung nur noch vor Ort bei der Zeitmessung möglich.

Startgeld:

Erwachsenen-Mannschaften: 90,00 €

Kinder-/Jugend-Mannschaften: 60,00 €

Bambini-Lauf: Ohne Startgeld

Das Startgeld wird direkt bei der Anmeldung von unserem Partner per SEPA-Lastschrift erhoben.

Anmeldeschluss:

Sonntag, 05.10.2025. Eine Nachmeldung ist nicht möglich.




PETER SCHLECHT
HOLZ VOM FACHHANDEL

www.schlecht.de

Strecken

Bambinilauf:

Es wird eine Strecke von ca. 0,7 km mit wenigen Höhenmetern (Hm) gelaufen.

Hauptlauf:

Strecken Erwachsene und Jugend (gesamt ca. 27,4 km):

Etappe	Runde	Distanz, Höhenmeter	Streckenmarkierung
1. – 2.	Martin-Kropf-Runde	6,4 km, ca. 30 Hm	Weiß (Karte lila)
3. – 4.	Talbauernweg-Runde	4,4 km, ca. 20 Hm	Rot
5. – 6.	Winkelhof-Runde	2,9 km, ca. 10 Hm	Gelb

Strecken Kinder (gesamt ca. 23,8 km):

Etappe	Runde	Distanz, Höhenmeter	Streckenmarkierung
1. – 4.	Talbauernweg-Runde	4,4 km, ca. 20 Hm	Rot
5. – 6.	Winkelhof-Runde	2,9 km, ca. 10 Hm	Gelb

Die Strecken sind mit Pfeilen und Farbstreifen am Boden und Wegesrand in den Etappenfarben weiß, rot und gelb markiert. Eine Streckenübersichtskarte finden Sie ab Mitte August online unter www.landkreislaufstarnberg.de. Um die Strecken kennenzulernen, empfehlen sich Trainingsläufe. Die GPX-Dateien können für jede Strecke heruntergeladen werden.

Die laminierten Startnummern entsprechen der jeweiligen Etappenmarkierung weiß, gelb und rot. Die Startnummern sind nach dem Lauf zur Wiederverwendung zurückzugeben. Die **Vormarkierung** der Strecken für das Training erfolgt voraussichtlich Mitte August 2025.

Zeitplan

8:00 – 10:30 Uhr	Anlieferung und Aufbau von Zelten und Ständen der teilnehmenden Mannschaften (ein befahren der Wiese ist nicht möglich). Es wird an der Talhofstraße eine Kurzhaltezone eingerichtet. Zum Tragen des Materials von der Kurzhaltezone auf die Wiese müssen genügend eigene Helfer anwesend sein.
10:00 – 11:00 Uhr	Ausgabe Startnummern und Nachmeldung für Bambinilauf
11:00 Uhr	Staffelstabausgabe an die Mannschaftsführerinnen und -führer im Start- und Zielbereich und Streckenposteneinweisung
11:15 Uhr	Start Bambinilauf
12:00 Uhr	Start
ca. 13:35 Uhr	Einlauf der schnellsten Mannschaft
ab 15:30 Uhr	Abbau von Zelten und Ständen der teilnehmenden Mannschaften
ca. 16.00 Uhr	Siegerehrung in der Sporthalle des Christoph-Probst-Gymnasiums

Hol Dir kostenfrei die AOK-Laufsocken in Deiner Größe!

So einfach geht es. QR-Code scannen – Größe angeben und wir senden Dir die AOK-Laufsocken kostenfrei per Post zu. **Mehr Infos und Tipps rund um das Thema Laufen** unter: aok.de/pk/magazin/tag/lauftraining/

AOK Bayern. Die Gesundheitskasse.



Veranstaltungsgelände/ Siegerehrung/ Anfahrt

Veranstaltungsgelände:

Sportgelände des TSV Gilching-Argelsried, Talhofstraße 13, 82205 Gilching

Siegerehrung:

Sporthalle des Christoph-Probst-Gymnasiums, Talhofstraße 7, 82205 Gilching

Anreise:

Mit dem Auto: Anreisende mit dem Auto parken bitte auf den ausgeschilderten Parkplätzen. Den Anweisungen der Freiwilligen Feuerwehr ist zu folgen. Der Umwelt zuliebe und da die **Parkplätze dieses Jahr sehr begrenzt sind**, bitten wir um das Bilden von **Fahrgemeinschaften**.

Fahrzeuge der teilnehmenden Mannschaften dürfen nicht im Start- und Zielgelände parken.

Mit dem ÖPNV: Der Veranstaltungsort ist gut mit den Buslinien 921V, 928V, 950V, 955 und X900 sowie mit der S8 zu erreichen.

Verpflegung/ Toiletten

Verpflegung:

Die Teilnehmenden erhalten nach dem Lauf Getränke der Firma XENOFIT.

Der TSV Gilching-Argelsried e.V. sorgt während des gesamten Laufs für das leibliche Wohl.

Während der Siegerehrung gibt es eine unentgeltliche Mahlzeit (auch vegetarisch). Für die Getränke wird eine Unkostenpauschale erhoben, die dem TSV Gilching-Argelsried zugutekommt.

Getränkeausgabe in der Sporthalle: Ab 15:00 Uhr

Essensausgabe in der Sporthalle: Ab 15:30 Uhr

Toiletten:

Befinden sich direkt am Veranstaltungsgelände.

Haftung/ Versicherung

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Die Veranstaltung ist grundsätzlich gegen Haftungsansprüche Dritter versichert. Die Versicherung erstreckt sich nicht auf Schadensfälle außerhalb der Laufstrecken. Eine Haftung jeder Art, wie z. B. für beschädigte oder abhanden gekommene Ausrüstungen, wird vom Veranstalter ausgeschlossen.

Um Unfällen vorzubeugen, bitten wir die Eltern bzw. Betreuer*innen der Kinder vor, während und nach der Laufveranstaltung ihrer Aufsichtspflicht nachzukommen.

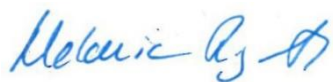
Datenschutz

Mit der Teilnahme am Landkreislaf erklären sich die Teilnehmenden bzw. ihre Erziehungsberechtigten damit einverstanden, dass die von den Teilnehmenden gemachten Fotos, Videos und Tonaufnahmen im Rahmen der Berichterstattung und zu Werbezwecken der Veranstaltung auf der Homepage des Landkreises Starnberg, des BLSV und des Bundeswehr Ausbildungszentrums CIR verwendet werden dürfen.

Mit der Anmeldung am Landkreislaf erklären sich die Teilnehmenden mit der elektronischen Speicherung der wettkampfrelevanten Daten und der Veröffentlichung auf der Homepage des Landkreises Starnberg und dessen Dienstleister, sowie der Kontaktaufnahme zu Informationszwecken einverstanden; weitere Informationen unter www.landkreislaf-starnberg.de.

Mannschaftsführerbesprechung

Mittwoch, 08. Oktober 2025 um 18:00 Uhr im Veranstaltungssaal im Rathaus Gilching, Rathausplatz 1, 82205 Gilching mit Ausgabe der Startnummern und weiteren Unterlagen.



Melanie Rigorth
Fachbereichsleiterin Kinder, Jugend und Familie



Niki von Dehn
BLSV-Kreisreferent
für den Landkreislaf

Starnberger Landkreislaf 2025:

- Information
- Anmeldung
- Ergebnislisten



unterstützt durch:



Gemeinde Gilching



Süddeutsche Zeitung



Historie

Jahr	Staffeln	Austragungsort	gelaufene Km	Addition Km
Strecken-Staffellauf				
1985	41	Starnberg-Gauting	1.820	1.820
1986	46	Berg-Herrsching	2.130	3.950
1987	42	Starnberg-Herrsching	1.764	5.714
1988	52	Berg-Neuhochstadt	2.158	7.872
1989	59	Starnberg-Neuhochstadt	2.626	10.498
1990	60	Gilching-Söcking	2.616	13.114
1991	55	Gauting-Leutstetten-Wangen-Gauting	2.272	15.386
Einführung Kleeblatt-Lauf				
1992	60	Weßling	2.634	18.020
1993	60	Söcking	2.538	20.558
1994	73	Buchhof	3.314	23.872
1995	75	Ettenhofen	3.090	26.962
1996	79	Tutzing	3.413	30.375
1997	90	Starnberg	3.645	34.020
1998	95	Andechs	4.180	38.200
1999	100	Gauting	4.260	42.460
2000	107	Gilching	4.772	47.232
2001	129	Hechendorf	5.586	52.818
2002	139	Söcking	5.727	58.545
2003	163	Pöcking	6.765	65.310
2004	164	Oberalting	7.118	72.428
2005	174	Buchhof	7.047	79.475
2006	191	Wörthsee	8.309	87.784
2007	187	Krailling	7.985	95.769
2008	187	Pöcking	7.854	103.623
2009	195	Breitbrunn	7.956	111.579
2010	184	Aschering	7.507	119.086
2011	174	Feldafing	7.256	126.342
2012	178	Perchting	7.227	133.569
2013	158	Tutzing	6.407	139.976
2014	167	Krailling	7.081	147.057
2015	163	Hechendorf	6.765	153.822
2016	162	Feldafing	6.691	160.513
2017	161	Inning	6.794	167.307
2018	148	Gilching	6.320	173.627
2019	161	Wörthsee	6.682	180.309
Einführung 6er Mannschaften				
2020	142	Light (Corona)	3.408	183.717
2021	150	Light (Corona)	2.976	186.693
2022	154	Andechs	4.096	190.789
2023	181	Hechendorf	4.525	195.314
2024	198	Pöcking	5.167	200.477

Karte aller Austragungsorte seit 1992

