

**Der Traum vom  
Marathon .....** 10

**FRÜHJAHR** 12

**1 Rom-Marathon .....** 14  
Italien, März

**2 Barcelona-Marathon .....** 18  
Spanien, März

**3 Kilimanjaro-Marathon .....** 20  
Afrika, März

**4 Two-Oceans-Marathon .....** 22  
Kapstadt, Afrika, März/April

**5 Paris-Marathon .....** 26  
Frankreich, April

**6 Zürich-Marathon .....** 28  
Schweiz, April

**7 Nordpol-Marathon .....** 30  
April

**8 Wien-Marathon .....** 34  
Österreich, April

**9 Boston-Marathon .....** 36  
USA, April

**10 London-Marathon .....** 40  
Großbritannien, April

**SPEZIAL Marathon und  
Gesundheit** Wer kann und  
wer darf Marathon laufen? 44

**11 Big-Sur-Marathon .....** 48  
USA, April

**12 Hamburg-Marathon .....** 52  
Deutschland, April/Mai

**SOMMER**

**56**

**13 Prag-Marathon .....** 58  
Tschechische Republik, Mai

**14 Great-Wall-Marathon .....** 60  
China, Mai

**15 Rennsteig-Marathon .....** 62  
Neuhaus am Rennweg,  
Deutschland, Mai

**16 Stockholm-Marathon .....** 64  
Schweden, Mai

**SPEZIAL Marathontraining .....** 68  
Erfolg planen: Training für den  
ersten Marathon

**17 San-Francisco-Marathon .....** 74  
USA, Juni

**18 Big-Five-Marathon .....** 76  
Afrika, Juni

**19 Rio-de-Janeiro-Marathon .....** 78  
Brasilien, Juli

**20 Swiss-Alpine-Marathon .....** 80  
Davos, Schweiz, Juli

**SPEZIAL Faszination Marathon** Warum eigentlich  
42,195 Kilometer? Drei Gründe 84

**21 Helsinki-Marathon .....** 88  
Finnland, August

HERBST	90	WINTER	142
<b>22 Marathon du Médoc</b> .....	92		
Pauillac, Frankreich, September			
<b>23 Jungfrau-Marathon</b> .....	96	<b>36 Athen-Marathon</b> .....	144
Interlaken, Schweiz, September		Griechenland, November	
<b>24 Sydney-Marathon</b> .....	100	<b>37 Nizza-Marathon</b> .....	146
Australien, September		Frankreich, November	
<b>25 Berlin-Marathon</b> .....	102	<b>38 Singapur-Marathon</b> .....	148
Deutschland, September		Singapur, Dezember	
<b>26 Toronto-Waterfront- Marathon</b> Kanada, Oktober	106	<b>SPEZIAL Marathon- ausrüstung</b> Tipps vom Schuh bis zum Schal	150
<b>27 Chicago-Marathon</b> .....	108		
USA, Oktober		<b>39 Tahiti-Marathon</b> .....	154
<b>28 München-Marathon</b> .....	112	Französisch-Polynesien, Februar	
Deutschland, Oktober		<b>40 Sahara-Marathon</b> .....	156
<b>SPEZIAL Marathonreisen</b> ....	116	Algerien, Februar	
Die andere Art, die Welt zu entdecken		<b>41 Tokio-Marathon</b> .....	158
<b>29 Mallorca-Marathon</b> .....	120	Japan, Februar	
Spanien, Oktober		<b>42 Antalya-Marathon</b> .....	160
<b>30 Amsterdam-Marathon</b> ..	124	Türkei, März	
Niederlande, Oktober			
<b>31 Frankfurt-Marathon</b> .....	126		
Deutschland, Oktober			
<b>32 Osaka-Marathon</b> .....	130		
Japan, Oktober			
<b>33 Venedig-Marathon</b> .....	132		
Italien, Oktober			
<b>34 Grönland-Polarkreis- Marathon</b> Oktober	134		
<b>35 New-York-Marathon</b> .....	138		
USA, November			
		<b>Register</b> .....	162
		<b>Impressum</b> .....	164