



FOTOS: HANSPETER LÄSSER, ZVG

No Limits

Das Unmögliche hat einen Namen: Mike Horn. Der Extremsportler ist einer der letzten wirklichen Abenteurer, ein Athlet mit unglaublichem Durchsetzungsvermögen, aber auch viel sensiblem Gespür für Mensch und Umwelt.

VON CAROLINE DOKA

Das Mädchen nannte den Hamster Mike Horn. Es hatte ihn eines bitterkalten Wintertages auf der Kellerterrasse hinterm Haus gefunden – wie durch ein Wunder hatte er bei dieser Eiseskälte überlebt. Es nannte ihn Mike Horn nach dem südafrikanischen Extremabenteurer, der auf seinen Monate und Jahre dauernden Expeditionen ins ewige Eis schlimmste Stürme und Temperaturen bis minus 60 Grad überstand. Der als einziger Mensch die Welt sowohl am nördlichen Polarkreis als auch am Äquator umrundete, allein und ohne motorisierte Hilfe, der sich im arktischen Winter zum Nordpol kämpfte, in totaler Dunkelheit. Mike Horn, der Unglaubliches geleistet und erlebt hat, der sich immer wieder aus den heikelsten Situationen retten konnte und dabei nur gerade seine Fingerkuppen verlor.

Die Fingerkuppen. Um sie zu sehen, reist man nach Château d'Oex, wo der Wahlschweizer lebt. Oder besser: Wo er sich zwischen seinen Expeditionen aufhält. Der Fingerkuppen wegen und seines angeblichen Charismas.

«Hôtel de Ville», ein einladendes Hotel am Eingang des Städtchens Château d'Oex. Geführt von der Familie Horn. An den Wänden im Speisesaal übergrosse Fotos. Mike Horn mit nacktem Oberkörper und Mehrwochenbart im Kanu mitten im Dschungel, sehnige Arme ziehen kräftig das Paddel durchs geheimnisvoll dunkle Wasser. Kein Gramm Fett am durchtrainierten Körper. Auf dem Bild daneben eine Gestalt in dicker Expeditions-Montur auf Ski im ewigen Eis, die Kapuze mit dem Pelzrand tief ins Gesicht gezogen, einen voll bepackten riesigen Schlitten hinter sich herziehend.

Es ist still im Hotel, Halblicht im Flur, kein Mensch an der Rezeption. Nur aus einem einzigen Raum dringen Stimmen, klingelt ein Telefon, brummt ein Drucker. Die Kommandozentrale, das «Mike Horn Expedition Center». Yes, yes, sagt laut eine Stimme mit unverkennbar südafrikanischem Akzent ins Telefon, let's fix this now. Mike Horn verhandelt mit Übersee, vor ihm sein Laptop. Im selben Raum an ihren Arbeitsplätzen Cathy, seine Frau, Martin, sein Bruder, Caroline und Benedikt, die Mitarbeiter. Sie sitzen hier alle zusammen, als gäbe es nicht genug Zimmer im Haus. Wie auf einem Floss mitten im Ozean.

Man stellt sich vor, dass es hier hektisch zu- und hergeht, wenn vom Ende der Welt Mikes Anruf per Satellitentelefon kommt: «Das Boot muss her!» Oder: «Man will mich nicht ins Land einreisen lassen!» Dann werden alle Register gezogen, wird professionell und hartnäckig das Unmögliche möglich gemacht. Und ein paar Tage später steht Martin mit dem gewünschten Boot in der Arktis oder hat Cathy die Einreisebewilligung Mikes bei den russischen Behörden bewirkt.

Unmögliches möglich machen

Die Menschen hier sind ein Team, man spürt das Eingespielte, die unsichtbaren Fäden zwischen den Personen, Fäden so dehnbar, dass sie bis ans Ende der Welt reichen, wenn Mike Horn auf Expedition ist. Und so stark, dass man sich in ihnen verheddert als Fremder im Raum. Das Interview soll hier drin geführt werden. Zurückziehen fürs Gespräch? Wozu auch. Getrennt ist man bei der nächsten Expedition wieder lang genug.

Mike Horn beendet das Telefonat und schaut auf. Forschend, offen und gewinnend, aber zugleich kritisch taxiert er in Blitzesschnelle sein Gegenüber, guckt ihm



Aus eigener Kraft unterwegs in den unwirtlichsten Gegenden dieser Welt: Für Mike Horn ist die Natur die beste Lebensschule, die es gibt.

gleichermassen direkt in die Seele. Sein Blick dringt durch Felsen, wenn man sich dahinter versteckt. Und sein Händedruck bricht Holz in Stücke.

Jetzt ist Mike Horn ganz da. Er rückt den Stuhl heran, den Laptop und zeigt Bilder der Expedition im Himalaya, von der er gerade zurückgekommen ist. Seine Freude an der Schönheit dieser Berge berührt und lässt seine Passion für die Natur erahnen. Vier 8000er sollten ohne zusätzlichen Sauerstoff bestiegen werden. Nach der erfolgreichen Besteigung des Gasherbrum I (8068m) und Gasherbrum II (8035m) mussten sie beim dritten Berg auf 7500 Metern wegen schlechten Wetters umkehren. «Man muss spüren, wo die Grenzen sind», sagt Mike Horn, «auch wenn der Gipfel ganz nah ist».

Oder der Nordpol. Als Mike Horn vor fünf Jahren im Alleingang versuchte, den Nordpol zu erreichen, musste er die Expedition kurz vor dem Ziel abbrechen, weil er schlimme Erfrierungen an seinen Fingern erlitt. Wenn es nur die Schmerzen gewesen wären. Aber die Finger zu verlieren wäre eine Katastrophe gewesen für einen, dessen Überleben davon abhängen kann, bei arktischen Temperaturen mit Nadel und Faden einen Riss in Bekleidung oder Zelt zuzunähen.

Bereits einen Monat nach der Amputation seiner Fingerspitzen startete er zu seinem grössten Abenteuer: der Umrundung der Erde auf dem Polarkreis. Alleine und ohne Hilfe von motorisiertem Transport oder Hunden. Die Expedition «Arktos», das eigentliche «Training» für die Polar Night Expedition von 2006 (vgl. Kasten S. 52), dauerte zwei Jahre und drei Monate. Mike Horn, der die Erde bereits entlang des Äquators alleine und ohne motorisierte Hilfe umrundet hatte, stellte einen neuen Rekord auf: Er war der erste Mensch, welcher die 20000 km lange Route entlang des nördlichen Polarkreises ohne Unterbrechung zurückgelegt hatte. Während der Expedition überstand er zwei raue arktische Winter mit Temperaturen bis -60°C.

Mike Horn reizen Dinge, die noch nie ein Mensch geschafft hat und die auf den ersten Blick unmöglich scheinen. «Das Unmögliche», sagt er, «existiert nur so lange, bis wir einen Weg gefunden haben, es möglich zu machen.»

Darin ist Mike Horn ein Meister. Neben einer perfekten Planung und Organisation hat der Autodidakt in Sachen Expeditionen einen unglaublichen Erfahrungsschatz, ein ganz feines Gespür für Natur,



FOTO: KEVSTONE

Mike Horns Töchter Annika (rechts) und Jessica sind die Jüngsten, die es je bis zum Pol geschafft haben, sie waren damals vierzehn und zwölf Jahre alt.

Tier und Mensch, einen eisernen Willen und vielleicht einen ganz besonderen Schutzengel.

Brenzlige Situationen gab es auf Mike Horns Expeditionen zuhauf. Entfesselte Elemente, hungrige Eisbären. Es liest sich in seinem Buch «Abenteuer Polarkreis» amüsant, wie er plötzlich Aug in Auge einem immensen Eisbären gegenübersteht. Wie er sich im Moment der Gefahr an den Rat eines alten Inuit erinnert, sich gross macht und wild mit den Armen rudert, um Eindruck zu schinden. Wie der Eisbär zögert und von dannen zieht, fast mürrisch, und auch Mike Horn weiterzieht, sehr erleichtert.

Er schildert dieses Erlebnis mit Humor, als sei nichts dabei, dem Tod gerade noch von der Schippe zu springen. Aber man spürt, dass es oft einen unglaublichen Willen

«Ich verpasse nicht mein Leben, ich verpasse das der anderen. Meines bereichere ich. Jede Reise ist eine Reise zu mir selbst.»

len und eine unvorstellbare mentale und körperliche Kraft braucht, nicht aufzugeben, dass hier ein ganz besonderer Mensch zugange ist, der die Flinte um einiges später ins Korn wirft als der Durchschnitt der Menschheit – oder eben gar nicht. Ihn reizt zu sehen, ob es nicht doch geht, auch wenn Einheimische ihn vor einer gewissen

Route warnen, weil dort nicht lebend durchzukommen sei. Man gewinnt den Eindruck, als reize ihn das umso mehr, seine vorgesehene direkte Route zu gehen. Manchmal muss er dann doch umdrehen und einen Umweg von Tagen oder Wochen in Kauf nehmen. Aber manchmal schafft er es auch. Oft hängt sein Überleben an einem seidenen Faden – oder schon nicht einmal mehr daran. Und immer tut er im letzten, allerletzten Augenblick das Richtige oder das Glück steht auf seiner Seite und er kommt lebend davon. Dann zieht er unbeirrt weiter, angetrieben von der fixen Idee in seinem Kopf.

Der geborene Entdecker

Hiervon geht die Faszination aus, das Spezielle, das diesen Abenteurer aus Leidenschaft, diesen modernen Entdecker umgibt, in dem schon als Kind das Feuer für Aussergewöhnliches brannte. Die Mädchen und Jungen im Dorf und natürlich der eigene, sechs Jahre jüngere Bruder Martin, verehrten ihn. Sie folgten Mike bei allem. Mit ihm war das Leben ein Abenteuer. Man kroch durch Wasser gefüllte Röhren ohne Licht, man musste mit dem Bike über einen Parcours aus Leitern fahren, die Mike auf den Boden gelegt hatte. Alles immer mit der Stoppuhr, es war immer Wettkampf dabei, und Mike war immer der Beste. «Einmal», erzählt sein Bruder Martin, «mussten wir uns in einer Reihe auf den Boden legen, ich als Jüngster natürlich am Ende, ich hatte keine Wahl, und Mike sprang mit dem Rad über uns hinweg.» Jeden Tag standen die Kinder vor seinem Haus. Mike, was machen wir heute? Sie verehrten ihn.

Mike Horn besitzt ein unglaubliches

Charisma. Er hat dieses Strahlen in den Augen, diese kindliche Freude und doch diese Ernsthaftigkeit und hohe Professionalität in seinem Beruf. «Wir sponsoren Mike Horn, weil er für uns der Outdoor-Extremsportler schlechthin ist und über ein Charisma und eine Willenskraft verfügt, die einzigartig sind», sagt Urs Wullschleger von Salomon Schweiz. Mike Horns bescheidene, einfache und gewinnende Art und die Gabe, jeder Situation etwas Gutes abzugewinnen, gefallen den Menschen. Das Gefühl, dass er sein Gegenüber ernst nimmt und ganz auf diese Person eingeht, lässt eine vertraute Nähe entstehen. «Die Leute schätzen einfache Menschen», sagt Mike Horn. «Mein Erfolg ist, dass ich ein einfaches Leben führe. Ich bin ich.»

Dieser Mike Horn marschiert nicht nur weiter, um das Unmögliche möglich zu machen. «Ich ziehe auch deshalb weiter, weil ich diese Welten, diese Universen, die ich durchwandere, leidenschaftlich liebe», schreibt er in «Abenteuer Polarkreis». «Weil ich die Natur liebe, die sich mir mit ihrer ganzen Zerstörungskraft und Schönheit offenbart. Weil ich als kleines Geschöpf auch dann, wenn ich die denkbar schlimmsten Bedingungen erleide, an ihrer Grösse teilhaben darf.» Und im Gespräch fügt er an: «Die Natur ist die beste Lebensschule, die es gibt. Wir sind in der Natur alle gleich. Ich muss die Natur stets respektieren und darf sie keinesfalls provozieren, denn sie ist immer stärker als ich.»

Mike Horn ist gläubig. Religion, sagt er, gebe ihm Werte im Leben. Zwar geht er nur an Weihnachten in die Kirche, aber in der Natur fühlt er sich Gott ganz nah. Ruft er Gott in Notsituationen zu Hilfe? Nein. Schon eher bitte er ihn, ihm die Klarheit im Kopf zu geben, die richtige Entscheidung zu treffen.

Das Glück «erfühlen»

Denn es ist nicht nur Glück, dass Mike Horn aus brenzligen Situationen wieder herauskommt. Sein unglaubliches Sensorium für Natur, Mensch und Tier hat ihm oft geholfen, gefährliche Situationen richtig einzuschätzen. Die erwähnten Eisbären zum Beispiel. Er liebe Tiere, sagt Mike Horn. «Ein Tier zeigt, wenn es angreift. Es ist kalkulierbar. Ein Mensch dagegen kann dir zulächeln und dir im nächsten Moment ein Messer zwischen die Rippen stossen.» Zu wissen, was sie denken, ist für Mike Horn wichtig, manchmal hängt für ihn davon sein Leben ab.

Natürlich ist häufig die Angst da, am point of no return. Die Angst, einen Fehler

zu machen. «Es ist gut, dass sie da ist, dann ist man hellwach und voll konzentriert», sagt er. «Zum Glück ist sie da. Ich habe Respekt vor der Angst.» Bewaffnet ist Mike Horn auf seinen Expeditionen nicht, aber er trägt eine Signalpistole bei sich, wie sie von Schiffen benutzt wird, um im Notfall Eisbären Angst einzujagen. Dass sein Le-

«Das Meer ist ein Müll-eimer und die Gletscher sind schwarz. Der Mensch zerstört die Schönheit der Natur.»

ben oft an einem seidenen Faden hing, ist Mike Horn bewusst. Aber er wolle nicht sterben, er wolle die richtigen Entscheidungen treffen. «Warum bin ich im Himalaya auf 7500 Metern umgekehrt, so kurz vor dem Gipfel? Weil ich leben will.»

Mike Horn lebt für seine Passion. Glücklich zu sein, sagt er, sei wichtig im Leben. Aber es koste viel Energie und Arbeit, das Glück zu leben. Von da her fühle er sich privilegiert. «Ich bin ein gewöhnlicher Mensch», sagt Mike Horn. «Aber was ich tue, ist nicht gewöhnlich. Viele sagen, es sei verrückt. Aber ist es nicht auch verrückt, sich eine Krawatte um den Hals zu binden, um zur Arbeit zu gehen? Ich träume mit offenen Augen – und was ich sehe, sind meine Träume. Ich lebe meine Träume.»



FOTO: HANSPETER LÄSSER

Mike Horns Frau Cathy duldet seine Expeditionen nicht nur, sondern sie unterstützt ihn dabei logistisch mit ganzer Energie und langjähriger Erfahrung.

Reise zu sich selbst

Rennt er dabei vor der Zivilisation weg und verpasst sein Leben? Es sei genau anders rum. Seine Ziele seien in der Natur und in seinem Innern. «Ich verpasse nicht mein Leben, ich verpasse das der anderen. Meines bereichere ich. Jede Reise ist eine Reise zu mir selbst.»

Viele Monate und sogar Jahre ist Mike Horn alleine unterwegs. Manchmal Tage, Monate lang nichts als weiss, weiss, weiss und ewig keine Menschenseele. Nur mit den eigenen Gedanken und seinem Ziel vor Augen. Einsam fühlt er sich dabei nie, er ist mit sich selbst gut Freund. Und manchmal kommt es zu diesen berührenden Begegnungen mitten im Nichts, wie mit dem alten Inuit, von dem er nicht nur viel über das Leben und Überleben in der Arktis lernt, sondern mit dem auch eine tiefe Freundschaft entsteht. Mike Horn ist nicht einer, der seinesgleichen flieht, sondern einer, der die Menschen achtet und liebt.

Auf jeder Reise überlegt sich der Abenteurer, was er an sich verbessern könne. Etwa mehr Geduld mit den Menschen zu haben und mehr Zeit mit seiner Frau und seinen Töchtern zu verbringen. Natürlich sieht er Frau und Kinder lange Zeit nicht. Aber wenn er zuhause ist, erzählen sie sich, was alles passiert ist. «Welcher Vater setzt sich abends hin und erzählt seinem Kind seinen Tag?», fragt er. «Ich bin nicht oft da, aber ich kann meiner Familie etwas Einzigartiges geben.»

Heldenstatus hat er bei ihnen aber nicht. «Für mich ist er ganz einfach der Mann, den ich liebe und unterstütze», sagt



FOTO: KEYSTONE

Mike Horns Leben hing schon oft an einem seidenen Faden.

Cathy Horn. «Er gibt viel, sowohl bei den Expeditionen als auch in der Liebe. Alles ist für ihn machbar. Er ist immer positiv eingestellt. Ich weiss, dass Mike für viele ein Egoist ist. Ich empfinde es nicht so. Er liebt uns, wir sind glücklich. Ich werde ihm sicher nicht die Expeditionen verbieten, denn unsere Ideen sind zusammen gewachsen. Sie sind unsere gemeinsame Leidenschaft.»

Auch Cathy und die Töchter lieben Expeditionen. Die Horns waren bereits gemeinsam am Nordpol. Mike wollte seine Familie teilhaben lassen an dem, was er selbst erlebt, wenn er unterwegs ist. Und so nahmen sie gemeinsam den letzten Wegteil zum Pol in Angriff. Mike Horns Töchter sind die Jüngsten, die es je bis zum Pol geschafft haben, sie waren damals zwölf und vierzehn Jahre alt. Es war für sie ein unvergessliches Erlebnis. «Wir glauben alle an dasselbe, es ist eine Passion», bekräftigt auch Mike Horn. Man spürt, die Familienbande ist stark, da ist viel Liebe für seine Töchter und seine Frau. Die Emotionen, die während der Expeditionen entstehen, wenn sie mit ihm via Satellitentelefon sprechen, wenn sie ihn irgendwo in der Einsamkeit treffen und wieder ziehen lassen müssen, die Freude, wenn er nach Hause kommt, das alles verbindet. Die Abwesenheit schweisst die Familie nur noch mehr zusammen.

Versteckte Botschaften an seine Kinder
Klar vermisst Mike Horn seine Töchter. Klar hält er stille Zwiesprache mit ihnen. Dann fragt er sich, ob sie verstehen, warum er das alles tut. Und schreibt ihnen Briefe, die er unterwegs in der Arktis unter Felsbrocken versteckt, sorgfältig wie Schätze. Botschaften, die darauf warten, dereinst von Annika und Jessica gelesen zu werden.

Ob seine Töchter sie je suchen werden? Mike Horn schmunzelt. Natürlich hat er es darauf angelegt. Doch die Mädchen sollen selbst entscheiden, er lässt sie reifen. Nimmt sie mit auf Expeditionen, lässt sie selber navigieren und den geeigneten Ort fürs Zelt bestimmen. «Man legt Kindern viel zu viele Barrieren auf», sagt Mike Horn. «Kinder sollten selber entscheiden können, wo ihre Grenzen sind und dadurch fürs Leben lernen.» Sollten seine Töchter eines Tages die Briefe lesen wollen, müssen sie sie suchen gehen. Nur mit den Koordinaten, aber ohne die Hilfe des Vaters.

Ab März 2008 wird Mike Horn wieder unterwegs sein, vier Jahre lang. Aber nicht mehr alleine wie bisher. Nach zwanzig Jahren und all den Abenteuern im Alleingang im Dschungel und dem ewigen Eis möchte er jetzt seine Erfahrungen teilen. Teilen mit jungen Erwachsenen, die das Abenteuer lieben und in deren Händen die Zukunft des Planeten Erde liegt. «Ich habe auf meinen Expeditionen viel Alarmierendes gesehen», sagt Mike Horn. «Die Eisbären ziehen sich immer mehr zum Nordpol zurück, die Polarfüchse leben auf dem Erdboden statt auf dem Eis. Das Meer ist ein Müllleimer und die Gletscher sind schwarz. Der Mensch zerstört die Schönheit der Natur, er bringt sie aus dem Gleichgewicht.»

Aber Mike Horn will nicht auch noch von der globalen Erwärmung sprechen, sondern von der Schönheit des Planeten Erde. Von der Schönheit, die ihn auf all seinen Expeditionen immer wieder überwältigt und angetrieben hat, weiter zu machen. Zwölf Mal zwölf Kinder werden ausgewählt, Mike Horn zu begleiten. Sie werden mit ihm zehn Tage an Land oder auf einem Segelboot verbringen, auf dem alle Platz haben. Ein Boot zum Wohnen, zum Arbeiten, zum Unterrichten, ein Boot, das auf den Flüssen ebenso wie auf den Meeren fährt und auf dem man zusammen Abfall aus den Gewässern fischt.

Er holt die Pläne, erklärt, was das Segelboot alles können soll und wie er es konstruieren will, ein Unikat. Man spürt Begeisterung, Leidenschaft und Stolz und die Vorfreude auf dieses grosse Projekt. Mike Horn legt die Pläne auf den Tisch, zeigt mit dem Finger die ganz speziellen Buglinien. Schöne Hände hat der Mann. Dass ein paar Fingerkuppen fehlen, sieht man kaum. ■

Mike Horns Bücher: Breitengrad Null, auf dem Äquator um die Welt; Conquérant de l'impossible; Abenteuer Polarkreis u.a. Infos und Bestellungen unter www.mikehorn.com

Mike Horn

Mike Horn ist in Südafrika geboren und aufgewachsen und hat an der Universität Stellenbosch Bewegungswissenschaften und Sport studiert. Nach einer Ausbildung zum Special Agent in Südafrika und einem Einsatz in Angola blieb er auf einer Weltreise in der Schweiz in den Waadtländer Alpen in Château d'Oex hängen, wo er als Skilehrer, Rafting- und Canyonguide arbeitete, bevor er sich als Autodidakt seinen Expeditionen zuwandte. Mike Horn ist verheiratet und hat mit seiner Frau Cathy zwei Töchter.

Die wichtigsten Expeditionen:

1997-98 Amazonas Expedition: Mike Horn durchquert den südamerikanischen Kontinent vom Pazifik zum Atlantik im Alleingang zu Fuss, mit Fallschirm und Hydrospeed, schwimmt schliesslich den Amazonas hinunter und schafft, was kaum jemand für möglich hielt.

1999-2000 Latitude 0: Wieder ein Alleingang. Diesmal folgt Mike Horn dem Äquator und bewegt sich ohne motorisierte Hilfsmittel zu Fuss, im Trimaran, im Kanu und auf dem Bike vorwärts.

2002-04 Arktos: Es zieht den Abenteurer als Training für die Polar Night Expedition in die Kälte. In zwei Jahren und drei Monaten umrundet er den nördlichen Polarkreis im Alleingang und ohne motorisierte Hilfe. Zu Fuss, auf Ski, bisweilen gezogen durch Winddrachen, per Boot und Kajak meistert er die 20000 km bei extremsten Bedingungen.

2006 Polar Night Expedition: Im Januar 2006 startet Mike Horn zu einer Expedition im arktischen Winter zum Nordpol, ohne Unterstützung und ohne Nachlieferung. Weil diese Expedition nicht alleine durchgeführt werden kann, beschliesst er, sie gemeinsam mit dem legendären norwegischen Arktisforscher Borge Ousland durchzuführen. Zwei Monate dauert die Reise in totaler Dunkelheit: hauchdünnes Eis, gigantische Eisblöcke, riesige, eisige Flächen arktischen Wassers und zahlreiche Eisbären machen die immense Herausforderung aus. Die Kombination von Mikes und Borges Fähigkeiten, beide sind in ihrem Gebiet sehr erfahren, ist der Schlüssel zum Erfolg. Nach 60 Tagen und 3 Stunden erreichen Mike und Borge den Nordpol. Sie sind die Ersten überhaupt, die den Pol im arktischen Winter und ohne fremde Hilfe erreichen.

2007 Himalaya Expedition: Gasherbrum I 8068 m und Gasherbrum II 8035 m: ohne zusätzlichen Sauerstoff, ohne Base Camp und mit nur ein wenig Wasser und Nahrung.

Pangaea – Mike Horns nächstes Projekt: Frühling 2008: Start zu einer vierjährigen Forschungs Expedition um die Erde, die durch alle sechs Kontinente sowie an den Nord- und Südpol führt. Diesmal wird Mike Horn nicht alleine unterwegs sein. Mit der Mitwirkung von Jugendlichen will er den Respekt für die Umwelt verbessern und sich aktiv an der Bewahrung der natürlichen Ressourcen beteiligen. Infos: www.mikehorn.com

AZ goldläufe

Das Gold liegt auf der Strasse.

Wer an mindestens sechs von zehn Läufen mitmacht, nimmt an der Verlosung von 100 Goldvreneli und einem Goldbarren à 50 Gramm teil.

Dieses Jahr NEU: 10 Startgelegenheiten

23. Februar 2008	Bremgarter Reuss-Lauf
22. März 2008	GP Fricktal – Osterlauf
29. März 2008	Badener Limmat-Lauf
27. April 2008	Aargauer Volkslauf
10. Mai 2008	Pfingstlauf Wohlen
24. Mai 2008	Lenzburger Lauf
30. August 2008	Murianer Herbstlauf
20. September 2008	Rothrister Lauf
11. Oktober 2008	Hallwilerseelauf
31. Dezember 2008	Gippinger Stauseelauf

Cup-Partner:

SWISSLOS
SPORT-TOTO
KANTON AARGAU

rivella

Reisen in guter Gesellschaft
TWERENBOLD

www.az-goldlaeufe.ch

AARGAUER
ZEITUNG