

**49.**

# **Steinberger Wald-Volkslauf**

Sonntag, 31. Mai 2026, Start ab 9 Uhr

## **Dietzenbach-Steinberg**



### Main-Lauff-Cup Wertungsläufe:

**21,1 km**

**10 km**

**5 km**

**2 km**

**0,3 km**

**Halbmarathon**

**Volkslauf**

**Jugend- u. Jedermannlauf**

(Main-Lauff-Wertung MJ/WJ U14/U16)

**Schülerlauf**

**Bambinilauf**



SC-Steinberg  
Sport-Club Steinberg 1953 e.V.





# Die Zukunft läuft mit.

## Laufsport für Groß und Klein.

Sport macht Menschen stark. Sport verbindet. Das ist gut für die Region und für unsere Zukunft. Daher fördern wir seit vielen Jahren die Sportlerinnen und Sportler von heute, wie auch die von morgen.

Mehr zu unserem Engagement finden Sie unter [sli-direkt.de](http://sli-direkt.de)

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse  
Langen-Seligenstadt

Liebe Läuferinnen und Läufer!

**Laufen erlebt aktuell einen Hype.** Diese positive Entwicklung begrüßen wir gleich in zweifacher Hinsicht. Als Sportverein freuen wir uns sehr, wenn viele Spaß an unserem Laftreffangebot haben. Gleches gilt natürlich als Volkslauf-Ausrichter, wenn die Teilnehmerzahlen steigen.

Für unseren **49. Steinberger Wald-Volkslauf am 31. Mai**, der zur beliebten **Main-Lauff-Cup Serie** gehört, möchten wir Euch ganz **herzlich einladen**.

Mit viel **Erfahrung** und einem **hochmotivierten Team** wollen wir auch einem größeren Starterfeld **beste Bedingungen für die angebotenen Laufwettbewerbe** bieten.

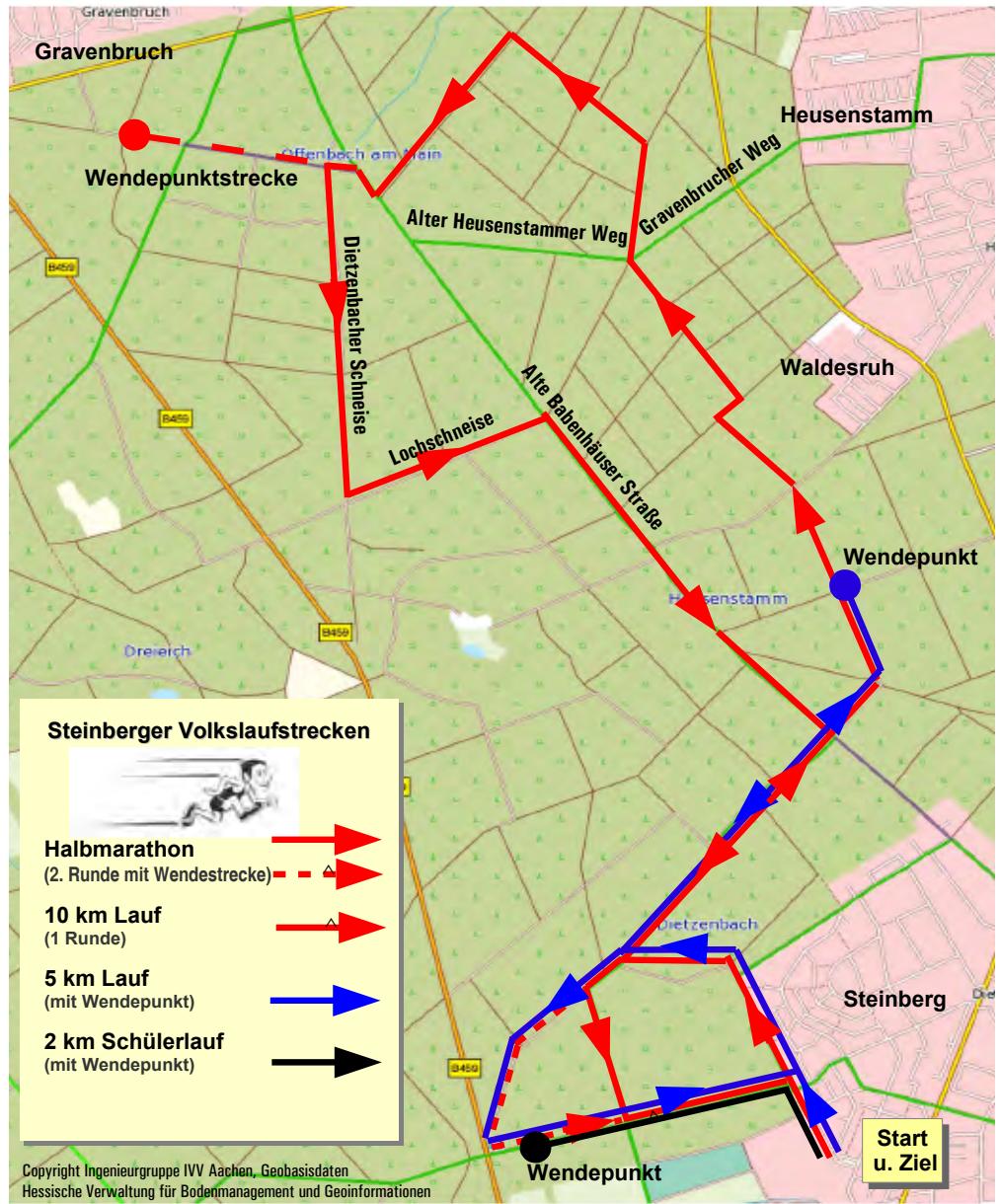
Ein **flaches Höhenprofil**, gut befestigte breite Wege und der schattige **Steinberger Wald** garantieren eine **ideale Laufstrecke** für Ambitionierte und Freizeitläufer. Da uns die Qualität der Veranstaltung am Herzen liegt, werden wir an dem **Teilnehmer-Limit** für den Halbmarathon und den 10km-Lauf festhalten. Nach dem Lauf gibt es **Kuchen und Herzhaftes zu günstigen Preisen**. Macht bitte von unserem Angebot reichlich Gebrauch.

**Alle Details zum Volkslauf stehen auf den Folgeseiten**

Wir freuen uns über Euren Start in Dietzenbach-Steinberg.  
Das Organisationsteam des SC Steinberg



# STRECKENPLAN



## Bestenliste FRAUEN 10 KM LAUF

2017	Tania Moser.....	Spiridon Frankfurt.....	38:04,5
2018	Kerstin Bertsch .....	Asics Frontrunner/SSC Hanau-Ro .....	38:08,9
2019	Franziska Baist .....	Team Main-Lauf-Cup/SGK Bad Homburg .....	38:56,0
2022	Tatjana Euler .....	TV Dieburg .....	40:29,0
2023	Tatjana Euler .....	TV Dieburg .....	38:37,0
2024	Lena Becker.....	TSV Schotten .....	38:55,0
2025	Lena Wirth .....	Heidelberg .....	38:40,0

**Streckenrekord:**

**2012 Kerstin Straub .....Frankfurter Laufshop.....36:38,6**

## Bestenliste FRAUEN Halbmarathon

2017	Svitlana Smitiukh .....	TB Wiesbaden .....	1:31:37,0
2018	Dörte Fischer.....	Spiridon Frankfurt.....	1:32:48,1
2019	Christina Schießer .....	Spiridon Frankfurt .....	1:32:40,0
2022	Anna Herzberg .....	Spiridon Frankfurt .....	1:22:08,0
2023	Karin Binus .....	Bruchköbel .....	1:46:32,0
2024	Kerstin Bertsch .....	SSC Hanau-Rodenbach .....	1:22:21,0
2025	Ela Stal.....	WKB Piast Wroclaw .....	1:42:47,0

**Streckenrekord:**

**2022 Anna Herzberg .....Spiridon Frankfurt .....1:22:08,0**

**Praxis für Physiotherapie  
Johanna Hartmann-Strychaluk**  
staatlich anerkannte Osteopathin



... nicht nur vor und nach dem Steinberger Volkslauf sind wir Eure Ausprechpartner, wenn's mal zwinkt oder zuckt

Thomas-Mann-Ring 2 | 63128 Dietzenbach  
Telefon: 06074 404600 | [j@mail-hartmann.de](mailto:j@mail-hartmann.de)

**HÖRGERÄTE  
BONSEL**  
*meine Hörhelden*

**Aktiv bleiben – mit besserem Hören!**

Gutes Hören ist Ihr Schlüssel zu einem aktiven Leben – egal ob auf der Laufstrecke, beim Wandern oder im Alltag. Unsere modernen Hörgeräte bieten Ihnen:

Klaren Klang – auch in Bewegung.  
Sicheren Halt – perfekt für sportliche Aktivitäten.

Starten Sie mit Hörgeräte Bonsel in ein Leben voller Bewegung und Lebensfreude!



**Besuchen Sie uns in einer unserer über 20 meistergeführten Filialen im Rhein-Main-Gebiet und erleben Sie modernes Hören hautnah!**



**Unser Service für Sie vor Ort:**

- Hörgeräteanpassung
- Gehörschutz
- Hörtraining
- Hörgeräte zum Nulltarif
- Tinnitusprechstunde
- Kostenloser Hörtest
- Zubehörberatung
- Kostenloses Probetragen
- Hausbesuche
- Cochlea-Implantat-Service



# 49. Steinberger Wald-Volkslauf am Sonntag, 31. Mai 2026

EINLADUNG UND AUSSCHREIBUNG (TEIL1)

**VERANSTALTER** SC Steinberg 1953 e.V., Abteilung Langlauf, Limesstraße 2, 63128 Dietzenbach

**START UND ZIEL** Heinrich-Mann-Schule, Dietzenbach-Steinberg, Etruskerstraße 2

**Abholung der Startunterlagen am 31.05.2026 ab 7:45 Uhr**  
in der Heinrich Mann Schule

**WETTBEWERBE** ■ Start **09:00 Uhr: 21,1 km, Halbmarathon**

Wertungslauf für den Rosbacher Main-Lauf-Cup mit der Klasseneinteilung M/W U18, M/W U20, Männer, Frauen, Seniorinnen und Senioren nach den DLV-Altersklassen (5er Schritte), Zielschluss nach 2:45 Stunden Teilnehmerlimit: 400

■ Start **09:20 Uhr: 10 km Lauf**

Wertungslauf für den Rosbacher Main-Lauf-Cup mit der Klasseneinteilung M/W U18, M/W U20, Männer, Frauen, Seniorinnen und Senioren nach den DLV-Altersklassen (5er Schritte), Teilnehmerlimit: 450

■ Start **09:21 Uhr: 2 km Schülerlauf**

Wertungslauf für den BBF Junior Main-Lauf-Cup mit der Klasseneinteilung MK/WK U10 und MK/WK U12 sowie MK/WK U8

■ Start **11:00 Uhr: 5 km Jugendlauf**

Wertungslauf für den BBF Junior Main-Lauf-Cup mit der Klasseneinteilung M/W U14 und M/W U16

■ Start **11:00 Uhr: 5 km Jedermannslauf**

Jugendliche, Männer und Frauen ab Jahrgang 2009 ohne Klasseneinteilung

■ Start **11:10 Uhr: 0,3 km Lauf Bambini (ohne Zeitnahme)**

Jahrgänge m/w überwiegend 2020 – 2023

**LAUFSTRECKE** überwiegend ebene, gut befestigte und schattige Waldwege.

Im Halbmarathon und 10 km Lauf gibt es alle 5 km eine Verpflegungsstelle.

Die Strecken 21,1 km, 10 km und 5 km sind nach DLV/IAAF Richtlinien vermessen, bestenlistenfähig und gut beschildert. Jeder Kilometer ist gekennzeichnet.

**ZEITNAHME** Die Zeitnahme erfolgt mit einem Transponder-Chip in der Startnummer.

Bei allen Läufen werden sowohl Brutto- als auch Nettozeit erfasst. Die Wertung der Altersklassen erfolgt nach der Nettozeit. Die Gesamtsieger werden nach der Bruttozeit ermittelt. Für die Zeitnahme und die Kontrolle muss die Startnummer gut sichtbar vorn getragen und darf nicht verändert werden.

**ANMELDUNG** Online-Anmeldung bis 28.05.2026, 24 Uhr unter [www.sc-steinberg-langlauf.de](http://www.sc-steinberg-langlauf.de).

Mit der Anmeldung stimmt der/die Teilnehmer/in zu, dass das Startgeld per SEPA-Lastschrift abgebucht wird. Mit diesem Lastschriftmandat wird der SC Steinberg ermächtigt, ausschließlich für den 49. Steinberger Volkslauf Zahlungen mittels Lastschrift einzuziehen. Tritt ein/e Teilnehmer/in nicht an, besteht kein Anspruch auf Rückzahlung.



# 49. Steinberger Wald-Volkslauf am Sonntag, 31. Mai 2026

EINLADUNG UND AUSSCHREIBUNG (TEIL2)

**STARTGELD**

21,1 km, Halbmarathon	16 €
10 km Lauf	13 €
5 km Lauf	8 € / Jugend 5 €
2 km Schülerlauf	4 €
0,3 km Bambinilauf	2 €

**NACHMELDUNG**

Online ab 29.05.25 bis 15 Minuten vor dem jeweiligen Lauf, wenn das jeweilige Teilnehmer/innen-Limit noch nicht erreicht ist.  
Nachmeldegebühr: 3 € (Keine Nachmeldegebühr für den Bambini-Lauf)

**SIEGEREHRUNG**

Im Anschluss an jeden Lauf im Innenhof der Schule



[www.vrbanking.de/privatkunden](http://www.vrbanking.de/privatkunden)

**URKUNDEN & PREISE**

**21,1 km / 10 km**

- Sachpreise und Urkunden für die ersten drei Läufer/-innen jeder Altersklasse
- Geldpreise in Höhe von 50 Euro für die Einstellung der Streckenrekorde

**5 km Jugendlauf**

- Pokale, Sachpreise und Urkunden für die ersten drei Plätze jeder Altersklasse

**5 km Jedermannslauf**

- Sachpreise und Urkunden für die jeweils drei schnellsten Läufer und Läuferinnen

**2 km Schülerlauf**

- Pokale, Sachpreise und Urkunden für die ersten drei Plätze jeder Altersklasse.
- Medaillen für alle Teilnehmer, die die Ziellinie überqueren

**Bambini-Lauf**

- Medaillen für alle Teilnehmer, die die Ziellinie überqueren

• Die 3 stärksten Teilnehmergruppen im Ziel erhalten Gutscheine.

**MANNSCHAFTS-WERTUNG**

Im 10 km und 21,1 km-Lauf für Frauen und Männer getrennt durch Zeitaddition der jeweils drei Besten eines Vereins ohne Altersklasseneinteilung.

**SONSTIGES**

Großes Kuchenbuffet und Imbiss zu kleinen Preisen im überdachten Start- / Zielbereich der Schule.

**UMKLEIDE & DUSCHE**

In der Turnhalle der Heinrich-Mann-Schule. Es gibt keine Gepäckaufbewahrung.

**ERGEBNIS-LISTEN**

Hängen am Veranstaltungstag aus und sind unter [www.sc-steinberg-langlauf.de](http://www.sc-steinberg-langlauf.de) und unter [www.volkslauf.de](http://www.volkslauf.de) abzurufen. Online-Urkunde für alle Teilnehmer im Internet abrufbar.

**HAFTUNG**

Der Veranstalter haftet im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen, nicht für Diebstahl.

**KONTAKT**

Erich Storz, E-Mail: [volkslauf@sc-steinberg-langlauf.de](mailto:volkslauf@sc-steinberg-langlauf.de)

## Bestenliste MÄNNER 10 KM LAUF

2017	Aaron Bienenfeld .....	SC Hanau Rodenbach .....	33:18,0
2018	Hendrik Pörschke .....	ESV Blau Gold Frankfurt .....	34:23,2
2019	Kalayu Gereziher .....	LG Eintracht Frankfurt .....	33:28,0
2022	Abdel Kabir Zaroual .....	LG Eintracht Frankfurt .....	33:35,0
2023	Dr. Markus Schraub .....	LG Wettenberg .....	35:56,0
2024	Dominic Stahl .....	Spiridon Frankfurt .....	34:09,0
2025	Robert Unger .....	Spiridon Frankfurt .....	33:20,0

**Streckenrekord:**

**2013 Sören Kah.....LG Lahn-Aar Esterau.....30:40,2**

## Bestenliste MÄNNER Halbmarathon

2017	Babsa Tilahun .....	Spiridon Frankfurt .....	1:08:04,9
2018	Philipp Bartels .....	Spiridon Frankfurt .....	1:18:12,8
2019	Solomon Merne Eshete .....	SSC Hanau-Rodenbach .....	1:09:01,0
2022	Robert Unger .....	Spiridon Frankfurt .....	1:14:11,0
2023	Dominic Stahl .....	Oberursel .....	1:15:30,0
2024	Fabian Salvatore Sposito .....	SSC Hanau-Rodenbach .....	1:11:24,0
2025	Louis Garcia .....	Oberhöchstadt .....	1:17:13,0

**Streckenrekord:**

**2017 Babsa Tilahun.....Spiridon Frankfurt.....1:08:04,9**



Start der Bambinis

**Der Steinberger Volkslauf  
ist Teil des Main-Laufen-Cup der Stadt  
Frankfurt am Main**



Unabhängige Hörakustik im Rhein-Main-Gebiet



**Frankfurter Rundschau**



## ANFAHRT ZUM START



## IMPRESSUM

### Herausgeber:

Der Sport-Club Steinberg 1953 e.V.  
Abteilung Langlauf  
Uwe Glaum  
Keltenering 18  
63128 Dietzenbach  
[www.sc-steinberg-langlauf.de](http://www.sc-steinberg-langlauf.de)

Eingetragen im Vereinsregister:  
Offenbach am Main 5VR

### Gestaltung

Doris Steube | Dietzenbach

2006 2026



seit über 20 Jahren dein Partner  
für Running-Walking-Triathlon!

- 5\* Fachberatung
- 3D Fußscan und Laufanalyse
- Laufschuhe führender Marken
- Lauf- und Triathlonbekleidung
- Leistungsdiagnostik und Radbiometrie

Heusenstammer Str. 57 ♦ 63149 Obertshausen  
Tel: 06104 808 55 93 ♦ [www.nowalala.de](http://www.nowalala.de)

