



Dauerlauf Programm Herbst 2023

Zur Burgruine Alt Regensberg und zum Katzensee

16 km (280 Hm)

Hönggerberg - Alt Regensberg – Unterer Chatzensee - Rümlangerwald - Oberer Chatzensee - Hönggerberg

bit.ly/3Qoni1g

20 km (330 Hm)

Hönggerberg - Alt Regensberg – Unterer Chatzensee – Rümlangerwald - Unterer und Oberer Chatzensee -

Hönggerberg

bit.ly/3IyqkOx

Wisbachtobel

16 km (370 Hm)

Fluntern - Pfaffhausen – Wisbachtobel - Glatt – Dübendorf – Gockhausen – Fluntern

<https://bit.ly/47N8YI2>

19 km (370 Hm)

Fluntern - Pfaffhausen – Wisbachtobel - Glatt – Dübendorf – Gockhausen – Fluntern

<https://bit.ly/3YUfTuN>

Der Glatt entlang zum Flughafen

17 km (180 Hm)

Irchel – Schwamendingen – Saatlen (Glatt) – Opfikon – Glattbrugg – Flughafen – Rümlang – Hürstholz – Oerlikon – Irchel

<https://bit.ly/3QUR008>

20 km (210 Hm)

Irchel – Schwamendingen – Saatlen (Glatt) – Opfikon – Glattbrugg – Flughafen – Rümlang – Katzenrüti - Hürstholz – Oerlikon – Irchel

<https://bit.ly/44udXua>

Auf den Uetliberg

16 km (600 Hm)

Polyterrasse - Rieterpark - Uetliberg - Sihluferweg - Polyterrasse

bit.ly/3Xi4ljk

Züri West Runde

17 km (330 Hm)

Hönggerberg – Oberengstringen – Schlieren – Altstetten – Hönggerberg

<https://bit.ly/3PdEEyT>

19 km (350 Hm)

Hönggerberg – Oberengstringen – Schlieren – Altstetten – Hönggerberg gg

<https://bit.ly/3qGzNNv>

An den Greifensee

17 km (400 Hm)

Fluntern - Pfaffhausen - Greifensee- Fällanden – Geeren – Gockhausen - Fluntern

bit.ly/3VPhwqE

19 km (400 Hm)

Fluntern - Pfaffhausen - Greifensee- Glatt – Geeren – Gockhausen - Fluntern

bit.ly/3CzvHJz



Zum Hardwaldturm

17 km (250 Hm)

Irchel – Schwamendingen – Grindel – Wallisellen – Hardwaldturm – Opfikon – Glattpark –
Irchel

<https://bit.ly/47McthY>

19 km (250 Hm)

Irchel – Schwamendingen – Grindel – Wallisellen – Hardwaldturm – Schluefweg - Opfikon –
Glattpark – Irchel

<https://bit.ly/3qMGLAm>

An die Sihl und an den Zürichsee

15 km (180 Hm)

Polyterrasse – Schanzengraben – Leimbach – Wollishofen – Bellevue - Polyterrasse

bit.ly/3GtE4Yg

19 km (240 Hm)

Polyterrasse – Schanzengraben – Sood – Kilchberg – Bellevue - Polyterrasse

bit.ly/3VPH01

Thermalbad-Run ins Fortyseven nach Baden

25 km (200 Hm)

Flach der Limmat entlang von Höggerberg nach Baden

<https://bit.ly/3EbTfa>

Forchlaufstrecke

15 km (270 Hm)

Fluntern-Süessblätz-Fluntern

bit.ly/3Zmeqx9

21 km (400 Hm)

Fluntern-Forchdenkmal-Fluntern

bit.ly/3imBKKC

Dem Chatzenbach entlang

17 km (220 Hm)

Irchel – Guggach – Schwandenholz – Chatzenbach – Glatt – Neugut – Probstei – Ziegelhütte -
Irchel

<https://bit.ly/45KiKc9>

19 km (220 Hm)

Irchel – Guggach – Affoltern – Chatzenbach – Glatt – Neugut – Probstei – Ziegelhütte - Irchel

<https://bit.ly/44tzfbF>

Zürichhorn und Tobelrunde

15 km (360 Hm)

Polyterrasse-Zürichhorn-Stöckentobel-Trichtenhausen-Wehrenbachtobel-Polyterrasse

bit.ly/3VWbsfS

19 km (430 Hm)

Polyterrasse-Zürichhorn-Stöckentobel-Sennhof-Wehrenbachtobel-Polyterrasse

bit.ly/3WXgtWX

Zum Altbergturm

20 km (440 Hm)

Höggerberg-Gubrist-Altbergturm -Höggerberg

bit.ly/3VTPvy3