

## Medienmitteilung

Datum: Freitag, 30. Dezember 2022  
Rubrik/Thema: Ferienregion / Tourismus  
Link: [lenzerheide.swiss/planoiras](https://www.lenzerheide.swiss/planoiras)

---

### **Traditionsreicher Planoiras Volkslanglauf: Auf den Spuren der Weltcupläufer**

**Im Eventkalender der Ferienregion Lenzerheide ist der Planoiras Volkslanglauf schon seit Jahren fester Bestandteil. Der traditionsreiche Langlauf-Event findet am Sonntag, 15. Januar 2023, bereits zum 38. Mal statt. Mit Start in der Roland Arena in Lantsch/Lenz laufen die Teilnehmenden auf den Spuren von Weltklasselangläufer:innen und Biathlet:innen.**

VON CHRISTIAN WEDER

Der Planoiras Volkslanglauf gehört zu den elf grössten Volkslanglaufrennen der Schweiz. Elf Volksläufe vom Feinsten, elf Langlaufabenteuer für Geniesser:innen oder Wettkampftypen, elf Langlaufregionen zum Entdecken in der ganzen Schweiz verteilt. In Lenzerheide wird das dritte Rennen im Rahmen der beliebten Swiss Loppet Serie ausgetragen. Die 25 Kilometer lange anspruchsvolle Strecke führt von der Roland Arena in Lantsch/Lenz zuerst über ein Teilstück der Tour-de-Ski- und Biathlon-Strecke und anschliessend nach Lenzerheide und Parpan sowie zurück zur Luziuswiese in Lenzerheide. Die kürzere, rund 13 Kilometer lange Planoirino-Strecke, wendet bereits bei Canols und kehrt ebenfalls zur Luziuswiese in Lenzerheide zurück. Zudem wird noch eine Strecke von 9 Kilometern angeboten, als Planoirino mini, der zusammen mit dem Planoirino für die Kategorien U14 bis U20 zum Raiffeisen Cup Nordisch zählt.

#### **Jugendlauf neu als «Bündner Langlaufstag»**

Im Rahmen des Planoiras Volkslanglaufs findet einen Tag zuvor am Samstag, 14. Januar 2023, der «Bündner Langlaufstag» des J+S (Jugend+Sport) statt. Die Rennen werden für den Raiffeisen Cup Nordisch gewertet und dazugezählt. Der Langlaufnachwuchs misst sich hier im Einzel und als Team beim Staffellauf. Wegfallen wird in diesem Jahr das «Hejaheja Special Olympics Rennen», da im Liechtenstein am gleichen Wochenende bereits ein Wettkampf in dieser Kategorie stattfinden wird.

#### **Rund 400 Teilnehmende erwartet – darunter auch Nino Schurter**

Da am Planoiras-Sonntag der erste Teil der Schweizer Meisterschaften in Realp (UR) stattfindet, ist fraglich, ob Kaderathlet:innen den Weg nach Lenzerheide finden. Jedes Jahr laufen aber auch Mountainbike-Cracks mit: So wird in diesem Jahr unter anderem der Weltmeister und Gesamtweltcupsieger Nino Schurter wieder an den Start gehen. Im Jahr 2020 klassierte sich Schurter als 15. und ein Jahr zuvor als 14. Sollten die Wetterprognosen ausgezeichnet sein, dürfte es auch noch zahlreiche Nachmeldungen geben, erwartet werden rund 400 Teilnehmende.

#### **Prominente Planoiras-Siegerliste**

Prominent in den vergangenen Jahren ist die Siegerliste des Planoiras, die von ehemaligen oder aktuellen Top-Läufer:innen angeführt wird. Insgesamt gab es 24 Sieger und 25 Siegerinnen in der 37-jährigen Geschichte. Die ersten ausländischen Sieger:innen waren der Österreicher Roland Diethart im Jahr 1999 und die Neuseeländerin Cathy Calder im Jahre 2010. Bei den Männern gewann der ehemalige Weltcupläufer Remo Fischer in den Jahren 2014, 2015, 2016 dreimal in Serie. Ebenfalls drei Siege weisen der im letzten Winter zurückgetretene Weltcupläufer Toni Livers (2009, 2010, 2012), Patrick Mächler (2001, 2003, 2004) sowie Tauf Khamitov (1995, 1996, 1998) auf. Rekordhalterin bei den Frauen

ist Jasmin Nunige, die den Planoiras Volkslanglauf insgesamt fünfmal gewann und zwar in den Jahren 1993, 1997 und dreimal in Serie von 2005 bis 2007. Die Puschlaverin Natascia Leonardi-Cortesi (Olympiamedaillengewinnerin 2002 in der Staffel) gewann viermal in den Jahren 2004, 2008, 2009 und 2011. Auch Seraina Boner gewann viermal in den Jahren 2012, 2016, 2019 und zuletzt im Jahr 2022.

### **Das Programm des 38. Planoiras Volkslanglauf 2023**

Samstag, 14. Januar 2023:

08.45 bis 09.45 Uhr: Startnummernausgabe Einzellauf im Wettkampfbüro  
09:45 Uhr: Erster Start Einzellauf  
11.30 Uhr: Mannschaftsführersitzung im Wettkampfbüro  
11.45 bis 12.30 Uhr: Startnummernausgabe Staffellauf Wettkampfbüro  
13.00 Uhr: Erster Start Staffellauf  
ca. 16.00 Uhr: Rangverkündigung  
15.00 bis 17.00 Uhr: Startnummernausgabe Mehrzweckhalle Lenzerheide Planoiras

Sonntag, 15. Januar 2023:

07.30 bis 10.00 Uhr: Startnummernausgabe Mehrzweckhalle Lenzerheide  
10.30 Uhr: Start Elite/Elite A in der Roland Arena, Lantsch/Lenz  
10.32 Uhr: Start Hauptklasse A (mit Planoirino)  
10.34 Uhr: Start Hauptklasse B (mit Planoirino)  
ca. 11.10 Uhr: Zielankunft Planoirino Luziuswiese, Lenzerheide  
ca. 11.25 Uhr: Zielankunft Planoiras Volkslanglauf  
ca. 13.30 Uhr: Rangverkündigung Mehrzweckhalle Lenzerheide mit Pastaparty

Weitere Informationen gibt es unter [lenzerheide.swiss/planoiras](https://www.lenzerheide.swiss/planoiras).

---

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:

Carmen Lechner  
PR/Medien, Lenzerheide Marketing und Support AG  
T +41 81 385 57 30 / M +41 79 327 46 86  
E-Mail [carmen.lechner@lenzerheide.swiss](mailto:carmen.lechner@lenzerheide.swiss)