



Nachlauf des ASV Köln 2026: Laufklassiker am Tanzbrunnen

Köln, 13.03.2026

Am 13. Mai 2026 veranstaltet der ASV Köln erneut den beliebten Nachlauf am Tanzbrunnen. Traditionell, nun schon zum 23. Mal, findet der Lauf am Abend vor Christi Himmelfahrt statt und lockt jedes Jahr mehrere Tausend Laufbegeisterte an den Rhein.

Teilnehmende können zwischen 5 und 10 Kilometern wählen. Damit richtet sich die Veranstaltung sowohl an Freizeitläuferinnen und -läufer als auch an ambitionierte Athletinnen und Athleten. Start und Ziel befinden sich am Tanzbrunnen. Die Strecke führt entlang des Rheins, durch den Rheinpark, über zwei Brücken und die belebte Kölner Altstadt, zurück ins Ziel. „Unser Ziel ist es Menschen für Bewegung zu begeistern und sie gemeinsam an den Start zu bringen. Der Nachlauf zeigt jedes Jahr wie viel Energie und Freude entsteht wenn tausende Läuferinnen und Läufer zusammen durch Köln laufen» Anja Witz, Projektleiterin des ASV Köln

Gerade in den Abendstunden sorgt der Blick auf die Kölner Skyline und den Dom entlang des Rheins für eine besondere Stimmung und macht den Lauf für die Teilnehmenden zu einem echten Erlebnis. Laufveranstaltungen wie der Nachlauf des ASV Köln bringen Menschen unterschiedlicher Altersgruppen und Leistungsniveaus zusammen und fördern den Laufsport in der sportbegeisterten Domstadt.

Neben dem sportlichen Wettbewerb erwartet die Teilnehmenden auch ein umfangreiches Rahmenprogramm.

Die Moderation übernimmt Tom Bartels, musikalisch begleitet ein DJ den Abend, während Sambabands entlang der Strecke für zusätzliche Stimmung sorgen. Im Anschluss an den Lauf findet die Gaffel After Run Party am Tanzbrunnen statt.

Die Online-Anmeldung läuft bis zum 12. Mai um Mitternacht. Nachmeldungen sind am Veranstaltungstag vor Ort möglich.

<https://www.asv-koeln.de/events/nachlauf>

Die Startunterlagen können vorab beim Partner 21RUN in der Kölner Innenstadt (Antwerpener Str. 6–12) abgeholt werden. Die Ausgabe erfolgt vom 4. bis 9. Mai sowie am 11. und 12. Mai, jeweils zwischen 10:00 und 20:00 Uhr (Freitag und Samstag bis 19:00 Uhr). Eine Ausgabe der Startunterlagen am Veranstaltungstag selbst ist nicht vorgesehen.

Der ASV Köln gehört mit rund 4.500 Mitgliedern zu den größten Sportvereinen der Stadt und richtet regelmäßig regionale Sportveranstaltungen aus. Neben dem Nachlauf organisiert der Verein unter anderem auch am 13.09. den Brückenlauf Halbmarathon.