ENGADIN SKIMARATHON

Die Geschichte der grössten Langlaufveranstaltung der Schweiz

Die Marathonwoche – eine Woche, die es in sich hat

Der Engadin Skimarathon ist weit mehr als nur ein einzelnes Rennen über 42 Kilometer: Das Angebot für Teilnehmende und Begleitpersonen wurde im Laufe der Jahre immer mehr zu einer kompletten Marathonwoche mit mehreren Wettkämpfen und begleitenden Veranstaltungen.

Bereits am Mittwoch vor der Marathonwoche treten die Jüngsten an: In der Promulins Arena von Samedan findet das Nachwuchsrennen für die 7- bis 16-Jährigen statt. Für die rund 100 Teilnehmenden aus dem Engadin und den benachbarten Talschaften bietet das Rennen ideales Sprungbrett für ihre Langlaufkarrieren. Der Engadin Jugendsprint konnte im Jahr 2026 übrigens sein 40. Bestehen zelebrieren.

Den eigentlichen Auftakt zur Marathonwoche machen traditionell die Frauen: seit dem Jahr 2000 laufen sie am Sonntag vor dem «Engadiner» ihr eigenes Rennen von Samedan nach S-chanf. Am Start sind wie beim «Engadiner» internationale Spitzenathletinnen, ambitionierte Nachwuchsläuferinnen und viele Breitensportlerinnen. Sie laufen die 17 Kilometer entweder einzeln oder im Team. Mit mehr als 1000 Teilnehmerinnen gehört der Engadin Frauenlauf, der im Jahr 2026 sein 25. Jubiläum feiern durfte, zu den erfolgreichsten Events seiner Art.

Marathon-Erlebnis, aber ganz individuell

Von Montag bis Mittwoch während der Marathonwoche haben Langläufer:innen die Gelegenheit, die original Marathon- oder Halbmarathondistanz von Maloja nach S-chanf oder von Pontresina nach S-chanf für sich zu absolvieren – ohne tausend andere Teilnehmende und ganz nach eige-

nem Rhythmus. Sei es für Genussläufer, die die Massen meiden möchten oder für ambitionierte Sportler:innnen, die eine letzte grosse Trainingseinheit vor dem Marathonsonntag einlegen möchten – der Individual zieht alle gleichermassen an. Die Laufzeiten der Teilnehmenden am Engadin Skimarathon Individual werden wie beim Hauptlauf gemessen, ein Effektentransport wird angeboten und es gibt sogar eine kleine Verpflegung unterwegs. Nachdem der Engadin Skimarathon Individual aufgrund der Corona-Pause des «Engadiner» ins Leben gerufen wurde, erfreute er sich in den Folgejahren so grosser Beliebtheit, dass er inzwischen fix zum Programm der Marathonwoche gehört und nicht mehr wegzudenken wäre.

Die Nacht wird zum Tag

Am Donnerstag 9. März 2017 fand die erste Austragung des Engadin Nachtlauf statt. Für einmal konnte die Langlaufloipe in einem komplett anderen Licht, nämlich im Schein der Stirnlampe, entdeckt werden und die Strecke zwischen Sils und Pontresina wurde zu einem unvergesslichen Erlebnis. Die ruhigen, mystische Minuten über die Seen und durch den Stazerwald wurden durch verschiedene Musikformationen mit rhythmischen Klängen begleitet. Für eine einzigartige Stimmung sorgten Kerzen und Feuerschalen entlang der Strecke. Insgesamt 430 Personen nahmen an der Premiere des neuen Laufs teil. Im Jahr 2019 waren bereits doppelt so viele Teilnehmende angemeldet wie bei der Erstausführung. Beim Nachtlauf zählen im Gegensatz zu anderen Rennen das einmalige Erlebnis und die besondere Stimmung, was die Beliebtheit des Rennens in den vergangenen Jahren vorantrieb. So wurde ab der Austragung im Jahr 2026 die Teilnehmerzahl auf maximal 1000 Laufer:innen limitiert. Tatsächlich wurde diese Zahl bereits Mitte Februar 2026 erreicht, so dass eine Warteliste geführt werden musste.

Das Marathon-Village: Dort, wo alle früher oder später landen

Das Marathon-Village ist der Treffpunkt in der Marathonwoche und ist in Pontresina zuhause. Zwischen dem Kongress- und Kulturzentrum Rondo und der Plazza Bellavita lädt die Via Maistra zum Flanieren ein. Während den Öffnungszeiten warten Produktepräsentationen, Beratungen und Tests, Waxtipps, Degustationen, Workshops, Fan- und Souvenirartikelverkauf, Wettbewerbe, Unterhaltung, Spiele und vieles mehr auf die Village-Besucher. Die Startnummern für den Engadin Skimarathon, den Engadin Halbmarathon sowie den Engadin Nachtlauf können zudem im Kongress- und Kulturzentrum Rondo bezogen werden.

Der grosse Tag

Der zweite Sonntag im März gehört für viele langjährige Teilnehmende und Marathon-Fans zum fixen Programmpunkt in ihrem Sportkalender. Aber auch Erstteilnehmende zieht es Jahr für Jahr ins Engadin, wenn frühmorgens der Startschuss in Maloja fällt und sich rund 13‘500 Läufer:innen auf die Marathon- oder Halbmarathondistanz begeben.

Die grösste Breitensportveranstaltung der Schweiz sowie der zweitgrösste Langlaufevent weltweit zieht jährlich rund 13‘500 Langlaufbegeisterte aus über 60 Nationen ins Bündner Hochtal. Auf der 42 km langen Marathonstrecke bewegen sich die Läuferinnen und Läufer seit 1969 über zugefrorene Seen, vorbei an typischen Engadiner Dörfern und durch eine einmalige Winterlandschaft bis nach S-chanf.