



# Zeitplan - Wettkämpfe

|                     |           |                                       |
|---------------------|-----------|---------------------------------------|
| <b>9 bis 12 Uhr</b> | ca. 400 m | Bambini-Hindernis-Parcours            |
| <b>9:00 Uhr</b>     | 34 km     | Championslauf                         |
|                     | 22 km     | Nordic Walking<br>(2. Startblock)     |
| <b>9:05 Uhr</b>     | 5 km      | Jugend- und Einsteigerlauf            |
| <b>10:00 Uhr</b>    | 22 km     | Hauptlauf                             |
| <b>10:15 Uhr</b>    | 11 km     | Volkslauf                             |
|                     | 11 km     | NW/Walking/Wandern<br>(2. Startblock) |

|                  |           |                   | <b>Start-Nr.</b> |
|------------------|-----------|-------------------|------------------|
| <b>10:25 Uhr</b> | 500 m     | M/W 6 (Jg. 2018)  | 100 - 199        |
| <b>10:30 Uhr</b> | 850 m     | M/W 7 (Jg. 2017)  | 200 - 299        |
| <b>10:35 Uhr</b> | 1,1 km    | M/W 8 (Jg. 2016)  | 300 - 399        |
| <b>10:40 Uhr</b> | 1,1 km    | M/W 9 (Jg. 2015)  | 400 - 499        |
| <b>10:45 Uhr</b> | 1,7 km    | M/W 10 (Jg. 2014) | 600 - 699        |
| <b>10:45 Uhr</b> | 1,7 km    | M/W 11 (Jg. 2013) | 700 - 799        |
| <b>10:55 Uhr</b> | 2,2 km    | M/W 12 (Jg. 2012) | 800 - 899        |
| <b>10:55 Uhr</b> | 2,2 km    | M/W 13 (Jg. 2011) | 900 - 999        |
| <b>11:45 Uhr</b> | 4 x 500 m | Mixed-Staffel     |                  |

# Siegerehrungen

|                                   |                                                                            |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| <b>12:00 Uhr</b><br>1. bis 3. Pl. | <b>5 km Jugend- und Einsteigerlauf</b><br>m/w 14/15, 16/17, Männer, Frauen |
| <b>12:05 Uhr</b><br>1. bis 6. Pl. | <b>11 km Volkslauf Männer</b><br>Gesamtwertung                             |
| <b>12:10 Uhr</b><br>1. bis 6. Pl. | <b>11 km Volkslauf Frauen</b><br>Gesamtwertung                             |
| <b>12:15 Uhr</b><br>1. bis 3. Pl. | <b>11 km Volkslauf</b><br>M14-19, Männer, M30, M35, M40, M45               |
| <b>12:20 Uhr</b><br>1. bis 3. Pl. | <b>11 km Volkslauf</b><br>W14-19, Frauen, W30, W35, W40, W45               |
| <b>12:25 Uhr</b><br>1. bis 3. Pl. | <b>11 km Volkslauf</b><br>M50, M55, M60, M65, M70, M75, M80                |
| <b>12:30 Uhr</b><br>1. bis 3. Pl. | <b>11 km Volkslauf</b><br>W50, W55, W60, W65, W70, W75                     |
| <b>12:35 Uhr</b><br>1. bis 3. Pl. | <b>Kinder- und Schülerläufe</b><br>M6, M7, M8, M9, M10, M11, M12, M13      |
| <b>12:40 Uhr</b><br>1. bis 3. Pl. | <b>Kinder- und Schülerläufe</b><br>W6, W7, W8, W9, W10, W11, W12, W13      |
| <b>12:45 Uhr</b><br>1. bis 3. Pl. | <b>Mixed-Staffel der Vereine</b><br>Gesamtwertung                          |



|                                   |                                                                               |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| <b>13:00 Uhr</b><br>1. bis 6. Pl. | <b>22 km Hauptlauf Männer</b><br>Gesamtwertung                                |
| <b>13:05 Uhr</b><br>1. bis 6. Pl. | <b>22 km Nordic Walking Männer</b><br>Gesamtwertung                           |
| <b>13:10 Uhr</b><br>1. bis 6. Pl. | <b>34 km Championslauf Männer</b><br>Gesamtwertung                            |
| <b>13:15 Uhr</b><br>1. bis 6. Pl. | <b>22 km Hauptlauf Frauen</b><br>Gesamtwertung                                |
| <b>13:20 Uhr</b><br>1. bis 6. Pl. | <b>22 km Nordic Walking Frauen</b><br>Gesamtwertung                           |
| <b>13:25 Uhr</b><br>1. bis 6. Pl. | <b>34 km Championslauf Frauen</b><br>Gesamtwertung                            |
| <b>13:30 Uhr</b><br>1. bis 3. Pl. | <b>22 km Hauptlauf männlich</b><br>16-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70+     |
| <b>13:35 Uhr</b><br>1. bis 3. Pl. | <b>22 km Hauptlauf weiblich</b><br>16-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70+     |
| <b>13:40 Uhr</b><br>1. bis 3. Pl. | <b>34 km Championslauf männlich</b><br>18-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70+ |
| <b>13:45 Uhr</b><br>1. bis 3. Pl. | <b>34 km Championslauf weiblich</b><br>18-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70+ |
| <b>13:50 Uhr</b><br>1. bis 3. Pl. | <b>Preisübergabe</b><br>Meldestärkstes Team                                   |