



Zeitplan - Wettkämpfe

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

			Start-Nr.
10:25 Uhr	500 m	M/W 6 (Jg. 2019)	160 - 230
10:30 Uhr	850 m	M/W 7 (Jg. 2018)	254 - 326
10:35 Uhr	1,1 km	M/W 8 (Jg. 2017)	371 - 440
10:40 Uhr	1,1 km	M/W 9 (Jg. 2016)	449 - 520
10:45 Uhr	1,7 km	M/W 10 (Jg. 2015)	670 - 730
10:45 Uhr	1,7 km	M/W 11 (Jg. 2014)	760 - 799
10:55 Uhr	2,2 km	M/W 12 (Jg. 2013)	854 - 899
10:55 Uhr	2,2 km	M/W 13 (Jg. 2012)	930 - 999
11:45 Uhr	4 x 500 m	Mixed-Staffel	

Siegerehrungen

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



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