

Crossläufe am Hammerweiher

Datum: 3. und 17. November

Beginn: 13 Uhr

Klassen: alle Klassen

Meldungen: bis 31. Oktober und 14. November an: lavmeldung@gmail.com

Strecke: Auf Wiesenwegen, die mit Spikes zu belaufen sind, weisen alle Runden nur leichte Steigungen auf.

Auszeichnungen: Die schnellste Frau und der schnellste Mann, unabhängig von der Altersklasse, erhalten nach zweimaliger Teilnahme einen Ehrenpreis. Alle anderen Cupsieger erhalten eine Medaille. Alle Teilnehmer erhalten bei jedem Lauf eine Urkunde.

Duschmöglichkeit: In der Hammerweiher-Halle

Zeitplan: 13:00 Uhr 4800 m Frauen + AK, M60 und älter, MJA, MJB
13:00 Uhr 6000 m Männer + AK M30 bis M55
13:40 Uhr 300 m Bambini (ohne Zeitmessung)
13:50 Uhr 800 m Schüler/innen D
14:00 Uhr 1600 m Schüler/innen C, Schülerinnen B
14:10 Uhr 2000 m Schüler B, Schülerinnen A
14:10 Uhr 2800 m Schüler A, WJA, WJB