

Terminplan Ranglistenläufe 2019

- 1. Lauf** **Mittwoch, 20.03.** – 16.00 Uhr – **48. Lauf in den Frühling/KM ABI Cross**
Ort: Zerbst, Schlossgarten/Stadthalle
Ausrichter: TSV Rot-Weiß Zerbst, Hans Güth
Dornburger Platz 6, 39261 Zerbst, Tel. 03923-781061
HansGueth@telecolumbus.net
Strecken: 5 km ab M 20 (17.20 Uhr), 3 km ab AK 14 und Frauen (17.00 Uhr)
 0,5 km AK U 9 (16.00 Uhr); 1 km AK U 10; 1,5 km AK U12;
 2,0 km AK U 13 bis AK U16
- 2. Lauf** **Freitag, 12.04.** – 18.00 Uhr – **24. Barmer Crosslauf**
Ort: Zerbst, Schießgelände am Butterdamm
Ausrichter: Schützengilde Zerbst, Abt. Sommerbiathlon, Reinhard Glöckner,
Anmeldung: brgloeckner@web.de (Meldung bis 10.04.2019)
Strecken: 6,8 km (M) / 4,1 km (F, J) / 3,0 km (K)
- 3. Lauf** **Sonntag, 28.04.** (10 Uhr) – **41. Gommeraner Seenlauf**
Ort: Sportplatz am Volkshaus, Gommern, Fuchsbergstraße 5
Ausrichter: SV Eintracht Gommern (Seenlauf), Abt. LA
John Lentze 0175-1570889
Anke Wilke
Strecken:
6,0 km 10:00 Uhr
9,8 km 10:05 Uhr
1,6 km 10:10 Uhr
Anmeldung: www.epz-online.de ; (john890@freenet.de)
- 4. Lauf** **Mittwoch, 29.05.** – 18.30 Uhr – **17. Nedlitzer Waldlauf**
Ort: Nedlitz / Sportplatz
Ausrichter: Michael Puls in Zusammenarbeit mit
eventuellen Helfern weiterer Vereine
Tel.: 039243/95057
E-Mail: m.puls@pulsreuden.de
Strecken: Schnupperlauf: 1000 m, Jugend und Frauen 5 km, Männer 10 km
- 5. Lauf** **Mittwoch, 05.06.2019.** – 18.00 Uhr – **11. Garitzer Weinberglauf**
Ort: Garitz, Sportplatz
Ausrichter: SV Fortschritt Garitz e.V.
Mario Rudolf, Dorfstr. 21 a, 39264 Garitz, Tel: 0171/7424347
Strecken: 8,9 km (M), 4,2 km (F, J), Schnupperlauf Kinder 1 km
Voransmeldungen: m.rudolf@web.de
- 6. Lauf** **Freitag, 02.08.** – 18.00 Uhr – **29. Zerbster Heimat- und Schützenfestlauf**
Ort: Zerbst, Schlossgarten, Stadthalle Parkplatzseite
Ausrichter: LG Grün-Weiß 82 Zerbst / Martin Reichel
Zerbster Str. 3 a, 39264 Strinum, Tel.: 03923 7589802
Voransmeldung über reichel44@gmx.de oder webmaster@lg-gruen-weiss-zerbst.de
möglich
Strecken: 10 km, 5 km (18.00 Uhr)
Schnupperlauf 600 m (K) (17.00 Uhr)
Nordic-Walking über 5 km (18.00 Uhr)
www.lg-gruen-weiss-zerbst.de

7. Lauf **Mittwoch, 04.09.** – 17.30 Uhr – **Bahnwettbewerb KM – ABI**
 Ort: Zerbst, Jahn-Stadion
 Ausrichter: TSV Rot-Weiß Zerbst, Hans Güth, HansGueth@telecolumbus.net
 Strecken: KM 5000 m (M – 18.00 Uhr) / KM 3000 m (F, J, K)
Schnupperläufe /Grundschulen: 800 m ab 16:00 Uhr

8. Lauf **Freitag, 20.09.** – 17.00 Uhr – **39. Lindauer Burglauf**
 Ort: Lindau, Grundschule „An der Burg“
 Ausrichter: SG 1990 Lindau, Volker Schub, v-schub@t-online.de
 Friedensstr. 1, 39264 Lindau, Tel. 039246-7147
 Strecken: 10,6 km (M) / 5,3 km (F, J, K)

9. Lauf **Sonntag, 27.10.** – 10.00 Uhr – **39. Zerbster Rolandlauf**
 Ort: Zerbst, Jahn-Stadion
 Ausrichter: TSV Rot-Weiß Zerbst, Reinhard Glöckner
 Anmeldung: brgloeckner@web.de (Meldung bis 23.10.)
 Strecken: 10 km (M) / 5km (F, J, K)
 9.00 Uhr **Schnupperlauf/Schulen**

Startrecht: Die Teilnahme an den Läufen ist für jeden offen und erfordert keine Vereinsmitgliedschaft. Läuferinnen und Läufer ohne Verein müssen sich für Schadensfälle absichern. Mit der Anmeldung erklären sie, dass sie gesund sind und einen ausreichenden Trainingszustand haben.

Punktezuordnung für die Altersklassenwertung

Platz	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Punkte	15	12	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

Hinweise:

Die kurze Strecke gilt für alle Frauenklassen und für die Männer ab der Altersklasse M 65 für die Altersklassenwertung im Regio-Cup.

Auf der langen Strecke gibt es für alle Frauen und für Männer ab der Altersklasse M 65 **keine** Altersklassenwertung mehr bezüglich der Platzierung im Regio-Cup.

Die lange Strecke gilt für die Männer M 20 bis M 60 für die Altersklassenwertung.

Männer der Altersklassen M 20 bis M 60, welche die kurze Strecke absolvieren, erhalten keine Punkte für die Regio-Cup-Wertung.

Gesamtwertung: Von den 9 Läufen kommen die **besten 7** in die Wertung.

Schulwertung: Die Schule mit den meisten Teilnehmern bei allen Läufen erhält den Wanderpokal. **(Änderungen vorbehalten)**