

Laufcup 2011 der Sparkasse Uckermark - Ausschreibung der Strecken je Altersklasse													
Termine	26. 03.	30. 04.	07. 05.	28. 05.	18. 06.	25. Jun	20. 08.	27. 08.	06. 09.	10. 09.	11. 09.	15. 10.	22. 10.
	10 Uhr	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	16.30	10.00	10.00	10.00	10.00
	Jamikow	Lychen	Brüssow	Schwedt	Görlsdorf	Prenzlau	Schwedt	Angermünde	Templin	Templin	Altkünkendf.	Schwedt	Schönow
	Frühlinglauf	Seenlauf	Straßenlauf	Polderlauf	L.-Park-Lauf	Pokallauf	Kl. Haseln.	Sommerlauf	Abendsportf.	Lübbeseel.	Schorfheidel.	Herbstlauf	Herbstcross
AK													
MSD	0,8		1,3	800 m	1,7	1	400 m	1, 1	400 m	2	2	0,8	0,8
WSD	0,8		1,3	800 m	1,7	1	400 m	1, 1	400 m	2	2	0,8	0,8
MSC	1,5	3	1,3	3	1,7	1	400 m	2,3	1000 m	5	2	3	1,5
WSC	1,5	3	1,3	3	1,7	1	400 m	2,3	800 m	5	2	3	1,5
MSB	4	3	3	5	4,5	5	800 m	6	1000 m	5	6	3	4,5
WSB	4	3	3	5	4,5	5	800 m	6	800 m	5	6	3	4,5
MSA	4	8,5	3	5	4,5	5	800 m	6	1000 m	5	6	6	4,5
WSA	4	8,5	3	5	4,5	5	800 m	6	800 m	5	6	6	4,5
MJB	8	8,5	6	10	6,9	10	800 m	6		10	10	12	6,9
WJB	8	8,5	6	10	6,9	10	800 m	6		10	6	6	6,9
MJA	8	8,5	6	10	6,9	10	800 m	16		10	10	12	6,9
WJA	8	8,5	6	10	6,9	10	800 m	6		10	6	6	6,9
M 20	8	15,5	10	10	13	20	xxx	16	xxx	20	10	12	6,9
M 30	8	15,5	10	10	13	20	xxx	16	xxx	20	10	12	6,9
M 35	8	15,5	10	10	13	20	xxx	16	xxx	20	10	12	6,9
M 40	8	15,5	10	10	13	20	xxx	16	xxx	20	10	12	6,9
M 45	8	15,5	10	10	13	20	xxx	16	xxx	20	10	12	6,9
M 50	8	15,5	10	10	13	20	xxx	16	xxx	20	10	12	6,9
M 55	8	15,5	10	10	13	20	xxx	16	xxx	20	10	12	6,9
M 60	8	15,5	10	10	13	20	xxx	16	xxx	20	10	12	6,9
M 65	8	8,5	10	10	13	10	xxx	16	xxx	20	10	12	6,9
M 70	8	8,5	10	10	6,9	10	xxx	6	xxx	10	10	6	6,9
M 75	8	8,5	6	5	6,9	10	xxx	6	xxx	10	10	6	6,9
W 20	8	15,5	6	10	6,9	10	xxx	16	xxx	10	10	12	6,9
W 30	8	15,5	6	10	6,9	10	xxx	16	xxx	10	10	12	6,9
W 35	8	15,5	6	10	6,9	10	xxx	16	xxx	10	10	12	6,9
W 40	8	15,5	6	10	6,9	10	xxx	16	xxx	10	10	12	6,9
W 45	8	15,5	6	10	6,9	10	xxx	16	xxx	10	10	12	6,9
W 50	8	15,5	6	10	6,9	10	xxx	6	xxx	10	10	12	6,9
W 55	8	8,5	6	10	6,9	10	xxx	6	xxx	10	10	6	6,9
W 60	4	8,5	6	5	6,9	5	xxx	6	xxx	5	6	6	4,5
W 65	4	8,5	6	5	6,9	5	xxx	6	xxx	5	6	6	4,5
W 70	4	8,5	6	5	6,9	5	xxx	6	xxx	5	6	6	4,5