

Crosslauf des VfL Sittensen

Sonntag, 17. Januar 2010 in Groß Meckelsen

Veranstaltungsnr. 10 07 5405 2 08

1. Lauf des Oste-Cup 2010

Wettbewerbe und Zeitplan: (Änderungen und Laufzusammenlegungen vorbehalten)

| | | | | |
|--------|-------|------------------|------------|--------|
| Lauf 1 | 11:00 | Männer + AK kurz | M20 – M75 | 4200 m |
| | | männl. Jgd. A | M18 + M19 | 4200 m |
| | | männl. Jgd. B | M16 + M17 | 4200 m |
| | | Frauen + AK kurz | W20 – W75 | 4200 m |
| | | weibl. Jgd. A | W18 + W19 | 4200 m |
| Lauf 2 | 11:25 | Schülerinnen D | <M08 + M09 | 650 m |
| Lauf 3 | 11:35 | Schüler D | <W08 + W09 | 650 m |
| Lauf 4 | 11:45 | Schülerinnen C | W10 + W11 | 1300 m |
| Lauf 5 | 12:00 | Schüler C | M10 + M11 | 1800 m |
| Lauf 6 | 12:15 | Schülerinnen B | W12 + W13 | 1800 m |
| Lauf 7 | 12:30 | Schüler B | M12 + M13 | 2100 m |
| Lauf 8 | 12:45 | Schüler A | M14 + M15 | 2100 m |
| | | Schülerinnen A | W14 + W15 | 2100 m |
| | | weibl. Jgd. B | W16 + W17 | 2100 m |
| Lauf 9 | 13:00 | Männer + AK lang | M20 – M75 | 8400 m |
| | | Frauen + AK lang | W20 – W75 | 8400 m |

Startgelder: Erwachsene 3,50 €
Jugend 2,50 €
Schüler 2,50 €

Meldungen an:
(nur für Einzelstart in Gr. Meckelsen, ohne
Oste-Cup Wertung)
bis 14. Januar 2010
Bernd Bredehöft, Up'n Kamp 47, 27419 Sittensen
Tel.: 0 42 82 / 44 77, Fax: 0 42 82 / 44 78
eMail: bernd.bredehoeft@t-online.de

Meldeanschriften für den Oste-Cup siehe Meldebogen

Anreise: Gr. Meckelsen liegt an der L142 zwischen Sittensen und Zeven. Die Anfahrt zur Laufstrecke ist ausgeschildert.

Duschen: sind nicht vorhanden

Haftung: Es wird keine Haftung für Unfälle, Verluste oder Schäden anderer Art übernommen.

Verpflegung: warmer Tee kostenlos, andere Verpflegung gegen Entgelt

Nachmeldungen: bis 1 Std. vor dem jeweiligen Start möglich. Aufschlag für Nachmeldungen 1,00 €

[Zur Startseite](#) / [Zur Oste-Cup-Seite](#)

VfL Sittensen
-Leichtathletik-
Bernd Bredehöft