

Laufcup 2009 der Sparkasse Uckermark - Ausschreibung der Strecken je Altersklasse															
Termine	28. 03.	25. 04.	09. 05.	06. 06.	12. 06.	20. 06.	01. 07.	15. 08.	29. 08.	05. 09.	08. 09.	13. 09.	23. 09.	03. 10.	17. 10.
	10 Uhr	10.00	10.00	10.00	9.00	10.00	17.00	10.00	10.00	10.00	16.30	10.00	16.30	10.00	10.00
	Jamikow	Lychen	Brüssow	Schwedt	Templin	Görlsdorf	Schwedt	Prenzlau	Angermünde	Templin	Templin	Altkünkendf.	Lychen	Schönow	Schwedt
	Frühlingslauf	Seenlauf	Straßenlauf	Polderlauf	Sportspiele	L-Park-Lauf	Kl. Hasenl.	Pokallauf	Sommerlauf	Lübbeseel.	Abendsportf.	Schorfheidel.	Bahnlauf	Herbstcross	Herbstlauf
AK															
MSD	1,5	3	1,3	800 m	xxx	1,7	400 m	1	1, 1	2	400 m	2	400 m	0,8	0,8
WSD	1,5	3	1,3	800 m	xxx	1,7	400 m	1	1, 1	2	400 m	2	400 m	0,8	0,8
MSC	1,5	3	1,3	3	1000 m	1,7	400 m	5	2,3	5	1000 m	2	1000 m	1,5	3
WSC	1,5	3	1,3	3	800 m	1,7	400 m	5	2,3	5	800 m	2	800 m	1,5	3
MSB	4	3	3	5	1000 m	4,5	800 m	5	6	5	1000 m	6	1000 m	4,5	3
WSB	4	3	3	5	800 m	4,5	800 m	5	6	5	800 m	6	800 m	4,5	3
MSA	4	8,5	3	5	1000 m	4,5	800 m	10	6	10	1000 m	6	1000 m	4,5	6
WSA	4	8,5	3	5	800 m	4,5	800 m	5	6	5	800 m	6	800 m	4,5	6
MJB	8	8,5	6	10	1000 m	6,9	800 m	10	6	10	1000 m	10	1000 m	6,9	12
WJB	8	8,5	6	10	800 m	6,9	800 m	10	6	10	800 m	6	800 m	6,9	6
MJA	8	8,5	6	10	1000 m	6,9	800 m	10	16	10	1000 m	10	1000 m	6,9	12
WJA	8	8,5	6	10	800 m	6,9	800 m	10	6	10	800 m	6	800 m	6,9	6
M 20	8	15,5	10	10	xxx	13	xxx	20	16	21,1	xxx	10	xxx	6,9	12
M 30	8	15,5	10	10	xxx	13	xxx	20	16	21,1	xxx	10	xxx	6,9	12
M 35	8	15,5	10	10	xxx	13	xxx	20	16	21,1	xxx	10	xxx	6,9	12
M 40	8	15,5	10	10	xxx	13	xxx	20	16	21,1	xxx	10	xxx	6,9	12
M 45	8	15,5	10	10	xxx	13	xxx	20	16	21,1	xxx	10	xxx	6,9	12
M 50	8	15,5	10	10	xxx	13	xxx	20	16	21,1	xxx	10	xxx	6,9	12
M 55	8	15,5	10	10	xxx	13	xxx	20	16	21,1	xxx	10	xxx	6,9	12
M 60	8	15,5	10	10	xxx	13	xxx	20	16	21,1	xxx	10	xxx	6,9	12
M 65	8	15,5	10	10	xxx	13	xxx	10	16	10	xxx	10	xxx	6,9	12
M 70	8	8,5	10	10	xxx	6,9	xxx	10	6	10	xxx	10	xxx	6,9	6
W 20	8	15,5	6	10	xxx	6,9	xxx	10	16	10	xxx	10	xxx	6,9	12
W 30	8	15,5	6	10	xxx	6,9	xxx	10	16	10	xxx	10	xxx	6,9	12
W 35	8	15,5	6	10	xxx	6,9	xxx	10	16	10	xxx	10	xxx	6,9	12
W 40	8	15,5	6	10	xxx	6,9	xxx	10	16	10	xxx	10	xxx	6,9	12
W 45	8	15,5	6	10	xxx	6,9	xxx	10	16	10	xxx	10	xxx	6,9	12
W 50	8	15,5	6	10	xxx	6,9	xxx	10	6	10	xxx	10	xxx	6,9	12
W 55	8	15,5	6	10	xxx	6,9	xxx	10	6	10	xxx	10	xxx	6,9	6
W 60	4	8,5	6	5	xxx	6,9	xxx	5	6	5	xxx	6	xxx	4,5	6
W 65	4	8,5	6	5	xxx	6,9	xxx	5	6	5	xxx	6	xxx	4,5	6
W 70	4	8,5	6	5	xxx	6,9	xxx	5	6	5	xxx	6	xxx	4,5	6