

Zeitplan DM Langstrecke 12.05.2018

mit Einlagewettbewerben

Uhrzeit	Disziplin	Klassen
DM Langstrecke Teil I		
13:30	10 000 m	Seniorinnen W35 - W75
14:45	10 000 m	Senioren M60 - M85
16:00	10 000 m	Senioren M35 - M55
Einlagewettbewerbe		
17:00	3 000 m Lauf 1 (> 9:30)	alle Klassen ab M/W U16
17:15	3 000 m Lauf 2 (> 8:20 - 9:30)	alle Klassen ab M/W U16
ab 17:00	Qualifikationsläufe "schnellste Beine im Unteramt"	
17:30	"Kinder laufend unterwegs" - Abnahme DLV-Laufabzeichen	
DM Langstrecke Teil II		
18:15	Athletenpräsentation	
18:30	5 000 m	wU20
19:00	10 000 m	F / wU23
19:50	10 000 m B-Lauf	M / mU23 / U20
20:30	10 000 m A-Lauf	M / mU23 / U20
<i>Änderungen nach Abgabe der Stellplatzkarten und witterungsbedingt vorbehalten</i>		