

Laufcupveranstaltungen M-V 2019 mit Terminen und Streckenlängen
(Laufcup Mecklenburg-Vorpommern und Intersport-Nachwuchslaufcup)

Nr.	Lauf	Datum	Startzeit (Uhr)	Laufcup M-V (LC)						Nachwuchslaufcup (NLC)			
				Altersklasse/Strecke (km)						Startzeit (Uhr)	Altersklasse/Strecke (km)		
				M20 -M70	M75+	W20-W55	W60+	U18/ U20	U16		U10	U12	U14
1	31. Wittenburger Mühlenlauf	Sonntag, 03.03.	10:30	10	10	10	10	4,8	4,8	10:00	1,5	1,5	4,8
2	28. Neubrandenburger Frühlingslauf	Sonntag, 17.03.	10:00	15	5	15	5	5	5	10:10	2	2	2
3	36. Ueckermünder Haffmarathon (mit LM Marathon)	Samstag, 30.03.	11:00	M*	5	M	5	5	5	11:00	2	2	5
4	5. Schweriner Schlosslauf	Samstag, 13.04.	10:00	15	8	15	8	8	4	10:00	1	1	4
5	38. Warnemünder Stoltera-Küstenwaldlauf	Samstag, 27.04.	10:00	10	10	10	10	10	3	10:00	3	3	3
6	28. Neubrandenburger Kulturparklauf (mit LM Halbmarathon)	Samstag, 04.05.	10:00	HM	HM	HM	HM	5	5	10:00	2	2	5
7	12. scn energy-Lauf (Jatznick)	Samstag, 25.05.	10:00	15*	7,5	7,5	7,5	7,5	7,5	10:00	2	2	2
8	43. OASE Inseeelauf (Güstrow)	Samstag, 01.06.	10:00	20*	10	10	10	4	4	10:00	1,2	1,2	4
9	LM Bahn 10.000m/5.000m (Wismar)	Sonntag, 30.06.	09:00	10	5	10	5	5*	3				
10	37. Karl-Krull-Gedenklauf (Steinhagen)	Sonntag, 21.07.	10:00	10	5	10	5	5	5	10:00	2	2	5
11	10. Poeler Abendlauf	Samstag, 10.08.	18:00	10	5	10	5	5	5	17:20	1,6	1,6	5
12	40. Usedom-Marathon (Wolgast)	Samstag, 07.09.	09:30	HM	HM	HM	HM	HM					
M	24. Neubrandenburger Staffelmarahton	Samstag, 14.09.	10:00	Mannschafts-Marathon						10:00	Mannschafts-halbmarathon		
13	13. Baaber Heidelauf	Samstag, 21.09.	10:30	15	10	15	10	6	6	10:30	2	2	2
14	18. Sebastian-Fredrich-Gedenklauf (Lubmin)(LM 10/5km Straße)	Sonntag, 13.10.	11:00	10	10	10	10	10	5	11:00	2,5	2,5	2,5
15	26. Stralsunder Hochschullauf	Samstag, 26.10.	10:00	16	8	16	8	8	3	10:00	1	3	3
16	LM Crosslauf (Bad Doberan)	Samstag, 02.11.	09:30	6,7	5	5	5	3,3/ 5,0	2,6	12:00	0,9	1,6	1,9
Abschlussveranstaltung				noch offen							noch offen		

Anmerkungen: * für AK M65/70 HM statt M in Ueckermünde

* Teilnehmer der AK M65 & M70 an der Marathon-LM in Ueckermünde werden für den Laufcup mit ihrem Halbmarathon Zwischenergebnis gewertet (bei erfolgreicher Absolvierung des Marathonlaufs auch mit halbem Zusatzpunkt)

* für AK 65/70 10 km statt 20km in Güstrow und 7,5 statt 15km in Jatznick

* Der 5000m-Lauf am 30.06. ist nur für die männl. und weibl. U18 und die weibl. U20 als LM ausgeschrieben; für die männl. U20 lediglich als Cuplauf

* bei den Crossmeisterschaften starten die Männer der AK M75+ im Frauenwettbewerb

* **fett gedruckt Landesmeisterschaften**

