

Offener Regio-Cup Zerbst/Anhalt 2010



TSV Rot-Weiß Zerbst
www.tsv-rot-weiss-zerbst.de / la-zerbst.de.vu

AP: Hans Güth, Dornburger Platz 6, 39261 Zerbst
 Tel. 03923-781061 mail: h.gueth@web.de
 Lauftreff: Dienstag, 17 Uhr im Jahn-Stadion, Intervall f. Fortgeschrittene



LG Grün-Weiß 82 Zerbst e.V.
www.lg-gruen-weiss-zerbst.de

AP: Bernd Loof, Am Kieferneck 9, 39264 Pulsforde,
 Tel. 0177-8393377 mail: bernd.loof@dak.de / berndloof@web.de
 Lauftreff: Sonntag, 10.30 Uhr, Zauberwald Ri. Strinum



TuS Leitzkau 1990
www.tus-leitzkau.de

AP: Stefanie Kuhn/ Heiner Mebes, Mühlenstr.4, 39279 Leitzkau,
 Tel. 039241-365, mail: hmebes@freenet.de
 Lauftreff: (Sportplatz) Ki- Mo.,Mi.,Fr. 16.45 Uhr+ J/M/F Di,
 Do. 17 Uhr



SV Germania 08 Rosslau
www.sv-germania-08-rosslau.de

AP: Frank Krejčík/Peter Althaus, Sachsenbergstr.22, 06862
 Rosslau, Tel. 034901-85748, mail:
 Lauftreff: Elbe-Sportpark, Mo, Mi., M/W 17 Uhr

DAK

Unternehmen Leben

1. Lauf Sonntag, **31.01.** - 10.00 Uhr - **15. BARMER-Stadionlauf**
Ort: Zerbst, Jahn-Stadion
Ausrichter: TSV Rot-Weiß Zerbst / Reinhard Glöckner
Fuhrstr.27, 39261 Zerbst, Tel. 03923-785497
mail: Reinhard_Gloeckner@t-online.de
Strecke: 7,35 km (M) / 4,45 km (F) / 3,0 km (J, K)

2. Lauf Mittwoch, **31.03.** - 17.00 Uhr - **Lauf in den Frühling**
Ort: Zerbst, Schlossgarten / Stadthalle
Ausrichter: TSV Rot-Weiß Zerbst, Hans Güth
Dornburger Platz 6, 39261 Zerbst, Tel. 03923-781061
Strecke: 5 km (M - 17.20 Uhr) / 3 km (F, J, K)
Schnupperlauf / Schulen 16 Uhr

3. Lauf Freitag, **09.04.** - 18.00 Uhr - **13. Sommerbiathloncross**
Ort: Zerbst, Schiessgelände Am Butterdamm
Ausrichter: Schützengilde Zerbst, Abt. Sommerbiathlon
Reinhard Glöckner,
Strecke: 6,8 km (M) / 4,1 km (F,J) / 3,0 km (K)

4. Lauf Freitag, **16.04.** - 17.30 Uhr - **Spitzbergwaldlauf**
Ort: Jugendwaldheim am Spitzberg, B 184 zw. Roßlau und Zerbst
Ausrichter: SV Germania 08 Roßlau / Peter Althaus
Sachsenbergstr. 22, 06862 Roßlau, Tel. 034901-85748
Strecke: 8 km (M) / 5 km (F, J) / 3 km (S)

5. Lauf Mittwoch, **05.05.** - 18.30 Uhr - **25. Leitzkauer Schlossparklauf**
Ort: Leitzkau, Sportplatz am Schloßpark
Ausrichter: TuS Leitzkau 1990 / Heiner Mebes
Mühlenstr.4, 39279 Leitzkau, Tel./Fax: 039241-365/94035
Strecke: 8,5 km (M) / 5 km (F, J) / 3 km (S)
Schnupperlauf / Schulen, 17.45 Uhr

6. Lauf Mittwoch, **12.05.** - 18.00 Uhr - **Nedlitzer Waldlauf**
Ort: Nedlitz/Sportplatz
Ausrichter: SC Vorfläming Nedlitz, Bodo Kliewe, Am Eckernkamp 2
39264 Nedlitz, Tel. 039243-489, mail: bodokliewe@aol.com
Strecke: 10,1 km (M), 5 km (F, J)

7. Lauf Mittwoch, **19.05.** - 18:00 Uhr - **Garitzer Weinberglauf**
Ort: Garitz, Festplatz am Kulturhaus
Ausrichter: SV Garitz - Gemeinde Bornum -
Mario Rudolf, Dorfstr. 21a, 39264 Garitz, Tel: 0171/7424347
Strecke: 8 km (M) / 4 km (F/J) / Schnupperlauf 1 km
www.garitz-anhalt.de
Strecke: 10 km (M) / 5 km (F/J) / Schnupperlauf

8. Lauf Mittwoch, **16.06.** - 18.20 Uhr - **Wendgräbener Waldlauf**
Ort: Wendgräben, Bildungszentrum Schloss Wendgäben
Ausrichter: TSV Rot-Weiß Zerbst, Hans Güth
Strecke: 10 km (M) / 6 km (F,J) / 18 Uhr Schnupperlauf 3 km

9. Lauf Mittwoch, **07.07.** - 18.30 Uhr - **Sport 2000 Lauf**
Ort: Coswig, Sportplatz am Lerchenfeld
Ausrichter: Sporthaus am Boulevard Coswig, Tel. 034903-62373
mail: sport-zille@t-online.de
Strecke: 7,8 km (M) / 5,2 km (F, J) / 2,6 km (K)

10. Lauf Freitag, **06.08.** - 18.00 Uhr - **20. Heimatfestlauf**
Ort: Zerbst, Schlossgarten, Stadthalle Parkplatzseite
Ausrichter: LG Grün-Weiß 82 Zerbst / Martin Reichel
webmaster@lg-gruen-weiss-zerbst.de
Zerbster Str.3 a, 39264 Strinum, Tel. 03923-781538 (dstl.)
Strecke: 10 km (M) / 5 km (F, J), Schnupperlauf (17 Uhr)
Nordic Walking

KM ABI - ab 11 Uhr - **5. Köthener City-Lauf**
Straße Ort: **Köthen**, Marktplatz
Ausrichter: FSV Köthen e.V. / Georg Grohmann, Ballenstedter Bogen 4
06366 Köthen, Tel:03496-551011, georg.grohmann@gmx.de
Strecke: 10 km - Männer/Sen. 5 km - Frauen/Sen.
Info: fsv-koethen-anhalt.de - Voranmeldung

11. Lauf Mittwoch, **01.09.** - 18.00 Uhr - **Bahnwettbewerb**
KM-ABI Ort: Zerbst, Jahn-Stadion
Ausrichter: TSV Rot-Weiß Zerbst, Hans Güth
Strecke: 5000 m (M - 18.40 Uhr) / 3000 m (F; J; K) / **Schnupperl./ Schulen**

12. Lauf Freitag, **17.09.** - 17.00 Uhr - **30. Lindauer Burglauf**
Ort: Lindau, Grundschule"an der Burg"
Ausrichter: SG 1990 Lindau / Volker Schub, volker.schub@freenet.de
Friedensstr. 1, 39264 Lindau, Tel. 039246-7147
Strecke: 9 km (M) / 4,5 km (F, J, K), Schnupperlauf

KM-ABI Mittwoch, **06.10.** - 19.00 Uhr - **Kreismeisterschaft Bahn (Bitterf.)**
Ort: Sandersdorf, Stadion, **Tartanbahn**
Ausrichter: SG Union Sandersdorf, Ingo Schmidt, An der Mühle 2,
06792 Sandersdorf, Tel. 03493- 822416
aktuelle Info: www.Union-Sandersdorf-Leichtathletik.de
Strecke: 10 000 m (M), 5000m (F)

13. Lauf Sonntag, **17.10.** - 10.00 Uhr - **30. Rolandlauf (LC)**
Ort: Zerbst, Jahn-Stadion
Ausrichter: TSV Rot-Weiß Zerbst / Reinhard Glöckner
Anmeldung: Reinhard_Gloeckner@t-online.de
Strecke: 10 km (M) / 5 km (F, J, K),
9 Uhr-5 km Nordic Walker / 9.15 Uhr Schnupperlauf / Schulen

Regeln

Altersklassen

Schü./Jug./Jun.

Männer/Frauen/Senior.

AK 08 - 2002 u. Jüng.	AK 20 - 1981 bis 88
AK 09 - 2001	AK 30 - 1976 bis 80
AK 10 - 2000	AK 35 - 1971 bis 75
AK 11 - 1999	AK 40 - 1966 bis 70
AK 12 - 1998	AK 45 - 1961 bis 65
AK 13 - 1997	AK 50 - 1956 bis 60
AK 14 - 1996	AK 55 - 1951 bis 55
AK 15 - 1995	AK 60 - 1946 bis 50
AK 16 - 1994	AK 65 - 1941 bis 45
AK 17 - 1993	AK 70 - 1940 und älter
AK 18 - 1992	
AK 19 - 1991	

Meldungen: formlos am Start (außer Rolandlauf u.Köthener City-Lauf)

Startrecht: Die Teilnahme an den Läufen ist für jeden offen und erfordert keine Vereinsmitgliedschaft. Läuferinnen und Läufer ohne Verein müssen sich für Schadensfälle absichern. Mit der Anmeldung erklären sie, dass sie gesund sind und einen ausreichenden Trainingszustand haben.

Punktwertung: 1.Platz - 10 P / 2.Platz - 7 P / 3.Platz - 5 P / 4.Platz - 4 P usw.
bei kurzer Strecke: 1.Platz - 5 P / 2.Platz - 3 P / 3.Platz - 1 P
bei Aufgabe im Protokoll führen mit Zeit: 0

Gesamtwertung: Von 13 Läufen kommen die **besten 7** in die Wertung. Es müssen **mindestens 5 Läufe** absolviert werden. Bei Punktgleichheit ist besser, wer mehr Läufe hat.

Schulwertung: Die Schule mit den meisten Teilnehmern bei allen Läufen erhält den Wanderpokal.

Kreismeisterschaften: Die gekennzeichneten Läufe werden getrennt, jeder für **LK ABI** sich gewertet. Offen für alle Läufer/-innen des neuen LK.

Startgeld: Ab AK 20: mind. 3,- € , dafür Abführung pro Veranstalter von 15,- bis 20,- € für den Jahresabschluß

Jahresabschluß: Am **12.11.2010**, 18.00-20.00 Uhr in der Gabztagsschule "Ciervisti" in Zerbst für alle Gewerteten (5 Läufe)