

V
O
L
K
S
L
Ä
U
F
E

2
0
1
1

Offener Regio-Cup Zerbst/Anhalt 2011



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,
Rosslau, Tel. 034901-85748, mail:
Elbe-Sportpark, Mo, Mi., M/W 17 Uhr

06862
Lauftreff:

Einladungstraining für die Wintermonate

19.12.2010, Sonntag, 10 Uhr, Lauftreff LG Grün Weiß Zerbst
23.01.2011, Sonntag, 10 Uhr Parkplatz an der Stadthalle Zerbst
20.02.2011, Sonntag, 10 Uhr, Sportplatz Leitzkau

1. Lauf Mittwoch, **30.03.** - 17.00 Uhr - **Lauf in den Frühling / KM ABI Cross**

KM-ABI Ort: Zerbst, Schlossgarten / Stadthalle

Gross Ausrichter: TSV Rot-Weiß Zerbst, Hans Güth

Dornburger Platz 6, 39261 Zerbst, Tel. 03923-781061

Strecke: 5 km ab M 20 (17.20 Uhr) / 3 km ab AK 14 und Frauen /
2 km AK 10-13 / 1 km bis AK 9

Schnupperlauf / Schulen 16 Uhr

2. Lauf Freitag, **08.04.** - 18.00 Uhr – **Barmer Crosslauf**

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)

3. Lauf Freitag, **29.04.** - 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)

4. Lauf Mittwoch, **11.05.** - 18.30 Uhr – **26. 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

5. Lauf Mittwoch, **01.06.** - 18.30 Uhr - **Nedlitzer Waldlauf**

Ort: Nedlitz/Sportplatz

Ausrichter: SC Vorfläming Nedlitz,

39264 Nedlitz,

Strecke: 10,1 km (M), 5 km (F, J)

6. Lauf Mittwoch, **08.06.** - 18:00 Uhr - **Garitzer Weinberglauf**

Ort: Garitz, Sportplatz

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

7. Lauf Mittwoch, **15.06.** - 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) / 3 km (Schüler)
18 Uhr Schnupperlauf 1 km

8. Lauf Mittwoch, **06.07.** - 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)

9. Lauf Freitag, **05.08.** - 18.00 Uhr – **21. 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. 03923-77507
Strecke: 10 km (M) / 5 km (F, J), Schnupperlauf (17 Uhr) Nordic-Walking
www.lg-gruen-weiss-zerbst.de

KM-ABI Freitag **13.05.2011** **Citylauf Köthen**
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

10. Lauf Mittwoch, **31.08.** - 17.30 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**

11. Lauf Freitag, **23.09.** - 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, **05.10.** - 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)

12. Lauf Sonntag, **16.10.** - 10.00 Uhr – **31. 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),
9.15 Uhr Schnupperlauf / Schulen

Regeln

Altersklassen

Schü./Jug./Jun.

Männer/Frauen/Senior.

AK 08 – 2003 u. Jüng.	AK 20 - 1982 bis 89
AK 09 – 2002	AK 30 - 1977 bis 81
AK 10 – 2001	AK 35 - 1970 bis 76
AK 11 – 2000	AK 40 - 1967 bis 71
AK 12 – 1999	AK 45 - 1962 bis 66
AK 13 – 1998	AK 50 - 1957 bis 61
AK 14 – 1997	AK 55 - 1952 bis 56
AK 15 – 1996	AK 60 - 1947 bis 51
AK 16 – 1995	AK 65 - 1942 bis 46
AK 17 – 1994	AK 70 – 1941 und älter
AK 18 – 1993	
AK 19 – 1992	

Meldungen: formlos am Start (außer Rolandlauf und Citylauf Köthen)

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 sich gewertet. Offen für alle Läufer/-innen des neuen LK.
LK ABI

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

Jahresabschluß: Am **18.11.2011** von 18.00 Uhr bis 20.00 Uhr in der Ganztagschule "Ciervisti" in Zerbst für alle Gewerteten (5 Läufe)
Eingang aus Richtung Schwimmhalle