

# E.DIS MITTELMARKCUP 2023



## Termine und Strecken 2023

	Termin	Mann	Frau/Jug.	Schüler
Crosslauf Luckenwalde	19. Februar	11,0 km	7,4 km	2,0 km
Osterlauf Deetz	8. April	10,0 km	5 km	2,0 km
Haveluferlauf Potsdam	22. April	10,0 km	10 km	4,2 km
Borkheide Wald(bad)lauf	1. Mai	10,0 km	5 km	5,0 km
Töplitzer Insellauf	6. Mai	21,0 km	6,7 km	1,8 km
Sabinchenlauf Treuenbrietzen	10. Juni	14,0 km	6,7 km	3,0 km
Albert Wuthe Lauf Lüdersdorf	24. Juni	9,6 km	9,6 km	4,8 km
Nordahl Grieg Gedenklauf	17. September	10,5 km	7,0 km	3,5 km
Parforceheide Crosslauf	8. Oktober	10,0 km	5,0 km	3,0 km
Teltowkanal Halbmarathon	5. November	7,1km	7,1 km	-----



**e.dis**



# e.dis

## E.DIS MITTELMARKCUP 2023

LAUFSTRECKE	DATUM	M	F/JUGEND	SCHÜLER
Crosslauf Luckenwalde	19. Februar	11,0 km	7,4 km	2,0 km
Osterlauf Deetz	8. April	10,0 km	5,0 km	2,0 km
Haveluferlauf Potsdam	22. April	10,0 km	10 km	4,2 km
Borkheide Wald(bad)lauf	1. Mai	10,0 km	5,0 km	5,0 km
Töplitzer Insellauf	6. Mai	21,0 km	6,7 km	1,8 km
Sabinchenlauf Treuenbrietzen	10. Juni	14,0 km	6,7 km	3,0 km
Albert Wuthe Lauf Lüdersdorf	24. Juni	9,6 km	9,6 km	4,8 km
Nordahl Grieg Gedenklauf	17. September	10,5 km	7,0 km	3,5 km
Parforceheide Crosslauf	8. Oktober	10,0 km	5,0 km	3,0 km
Teltowkanal Halbmarathon	5. November	7,1km	7,1 km	

### REGELN

Startberechtigt ist jeder, unabhängig von Wohnort und Verein.

Gewertet wird männlich und weiblich in je vier Alterskategorien:

U14 : 2010 und jünger

U20: Jahrgänge 2004 – 2009

U50: Jahrgänge 1974 – 2003

Ü50: Jahrgang 1973 und älter

### PUNKTE

Platz 1: 25 Punkte, Platz 2: 23 Punkte, Platz 3: 21 Punkte, Platz 4-22: 20 ... 2 Punkte.

Jeder Teilnehmer der Laufveranstaltung erhält einen Punkt.

Für die Gesamtwertung sind mindestens drei Läufe nötig.

Es werden die Punkte der fünf besten Läufe addiert.

Bei Punktgleichheit entscheidet die bessere Platzierung beim Schlusslauf.

Anmeldungen zu den Läufen beim Veranstalter! Auswertung und Auszeichnung erfolgen unabhängig von den Ausschreibungen der jeweiligen Veranstalter!

### AUSZEICHNUNG

Pokal für die Gesamtsieger in jeder Alterskategorie, Urkunden für die Plätze 1 bis 6.

Jeder Läufer, der an mindestens fünf Läufen teilgenommen hat, erhält einen Erinnerungspokal.

### SIEGEREHRUNG

Am 5. November im Anschluss an den Teltowkanal Halbmarathon, für SchülerInnen schon am 8. Oktober in Stahnsdorf.

# e.dis

