

Hellwegserie 2019, AWO-Lauf Asseln, Hammer Frauenlauf, DM, NRW-Meisterschaften,

Westfälische Meisterschaften

Startgebühren werden durch Lauf Team Unna übernommen
(Meisterschaften bei Erreichen der entsprechenden

Plazierung, siehe Erstattung der Startgebühren)

Ort, Lauf	Datum	Strecken	Meldetermin	Meldung an Lauf Team	Bemerkungen - Teilnehmer - Kosten
Bönen, 4.Lauf am Förderturm	13.01.	10 km Jugendlauf 2 km	10.01.	09.01	<u>Meldungen:</u> -Tel:02303- 968528 - angelika22452@gmail.co m -pers. an A. Friedemann -Doodle-Liste: 19.12.2018
Fröndenberg, 44. Ruhrtallauf	09.03.	5 km, 10 km, 5 km Walking Jugendläufe	06.03.	05.03..	- „ - Liste: 15.02.2019
Asseln, 5. AWO-Lauf	28.04	HM, 10 km, 5 km, Walking	sofort		Anmeldung durch Mitglieder Erstattung nach Teilnahme
Kamen 46. Volks und Straßenlauf	01.05.	HM, 10 km, 5 km, Walking Jugendläufe	23.04	22.04	- „ - Liste: 12.04.2019
Hamm Hammer Frauenlauf	11.05.	5 km, 10 km, Walking	09.05. 18:00 Uhr	08.05	- „ „ Liste: 19.04.2019
Werne 18. Werner Volksbank Stadtlauf	08.06.	5 km, 10 km, Jugendläufe	?	?	- „ - Liste: 17.05.2019
Schwerte 12. Ruhrstadtlauf	14.06.	5 km,10 km 7,5 km Walking Jugendläufe	?	?	- „ - Liste: 22.05.2019
Fröndenberg 35. Lauf durch den Warmer Lohn	14.09.	5 km, 10 km, 5 km Walking Jugendläufe	11.09	10.09	- „ - Liste. 18.08.2019
Oberaden 34. Barbararunde	10.11.	5 km, 10 km, 10 km Walking, Jugendläufe	?	?	- „ - Liste: 17.10.2019
Unna Kurpark-Lauf	?	5 km, 10 km, Jugendläufe	?	?	- „ - Liste: ?

<u>Meisterschaften:</u>					
Ingoldstadt Deutsche Meisterschaft	09.03.	Cross-Lauf	24.02.	23.02.	~"- DoodleListe: 02.02.2019
Freiburg Deutsche Meisterschaft	07.04.	Halbmarathon	17.03.	16.03	~"- DoodleListe: 23.02.2019
LV-Nordrhein NRW-Meisterschaft	06.04.	Langstrecken Bahn	?	?	~"- DoodleListe: 15.03.2019
Düsseldorf Deutsche Meisterschaft	28.04.	Marathon	07.04.	06.04.	~"- DoodleListe: 16.03.2019
Duisburg NRW-Meisterschaft	02.06.	Halbmarathon	?	?	~"- DoodleListe: 15.05.2019
Essen Deutsche Meisterschaft	08.06.	10000 m Bahn	26.05.	25.05.	~"- DoodleListe: 04.05.2019
Essen NRW-Meisterschaft	07.09.	10 km Straßenlauf	?	?	~"- DoodleListe: 20.08.2019
Siegburg Deutsche Meisterschaft	15.09.	10 km Straßenlauf	01.09.	31.08.	~"- DoodleListe: 09.08.
Kandel Deutsche Meisterschaft	21.09.	100 km	08.09.	07.09.	~"- DoodleListe 16.08.2019