

4. ROSENGARTENLAUF



Startzeiten

08:00	Laufwerk-ULTRA 3. RUHM Pace > 07:30
08:15	Laufwerk-ULTRA 3. RUHM Pace 06:30-07:30
08:30	Laufwerk-ULTRA 3. RUHM Pace 05:30-06:30
08:45	Laufwerk-ULTRA 3. RUHM Pace < 05:30
09:00	Wildpark-Bambini-Lauf (400m)
09:15	Golf Lounge-Kids-Lauf U8 (700m)
09:30	Helm Trophy-Kids-Lauf U10 (2.000m)
10:00	Schlatermund-Jugend-Lauf U14 (4.000m)
10:10	BMW B&K Mini-Jugend-Lauf U12 (2.500m)
10:45	Asklepios-Halbmarathon X-TREME 400
11:00	EWE-Halbmarathon
11:15	Markt Apotheken-Viertel Walking
11:30	Markt Apotheken-Achtel Walking
11:40	Maderos-Viertel X-TREME 200
11:50	Sparkassen-Viertel
12:00	DAHLER Nordheide-Achtel

