



Ostfriesische Meisterschaften

Cross

alle Altersklassen

Samstag, 02. November 2019

Ausrichter: *LT Schaffhauser Wald und LRO*

Wettkampfort: *Aurich-Wallinghausen*

Meldeschluss: *Mittwoch, 30. Oktober 2019*

Meldeadresse: Auf www.ladv.de nachschauen, wo gemeldet werden muss. Bei Redaktionsschluss stand die Meldeadresse noch nicht fest.

Wettbewerbe:

Lauf 1: M/W U10 Uhr	1,5 km	13:00
Lauf 2: Männer, Frauen, Senioren/-innen, M/W U20, M/W U18 Uhr	3,6 km	13:15
Lauf 3: M/W U12 Uhr	1,8 km	13:50
Lauf 4: M/W U16, M/W U14 Uhr	1,8 km	14:10
Lauf 5: Männer, Frauen, Senioren/-innen. Langstrecke Uhr	9,0 km	14:30

Bei den Männern, Frauen, Senioren und Seniorinnen erfolgt auch eine Wertung nach Altersklassen.

