

Lingener Emslandcross
am Sonntag, 18. November 2018
mit
Regionsmeisterschaften WJ + MJ U14 (+)
Ems-Vechte-Meisterschaft M/F/Sen./U20/U18/U16 (#)
Kreismeisterschaften EL-Süd/Grafschaft U10/U12/U14 (*)

Veranstalter: VfL Lingen
Ort: Lingen(Ems), Kiesbergwald
Start und Ziel: Friedensschule, Kiesbergstraße
Beginn: 10.00 Uhr – Strecken siehe Zeitplan

10.00	Männl. Jugend U 20 + U 18 (99-02) # Weibl. Jugend U 20 + U 18 (99-02) # Kurz Männer + Senioren # Kurz Frauen + Seniorinnen #	2900 m	2 blaue Runden
10.20	Weibl. Kinder U 10 (09/10 u. jünger) *	1100 m	1 gelbe Runde
10.40	Männl. Kinder U 10 (09/10 u. jünger) *	1100 m	1 gelbe Runde
11.00	Weibl. Kinder U 12 (07/08) *	1100 m	1 gelbe Runde
11.15	Männl. Kinder U 12 (07/08) *	1100 m	1 gelbe Runde
11.30	Männl. und weibl. Jug. U 14 (05/06)*+	1800 m	2 gelbe Runden
11.45	Männl. und weibl. Jug. U 16 (03/04) #	2600 m	3 gelbe Runden
12.15	Lang Männer + Senioren # Lang Frauen + Seniorinnen #	9300 m	3 rote Runden

Startgeld: Erwachsene 3,- Euro; Jugend / Kinder 2,- Euro;

Auszeichnungen: Urkunden! In den Klassen U 10 – U16 werden die ersten 6 Plätze ausgezeichnet, ab U 18 die Plätze 1-3.

Medaillen für die Klassen U 14 - U 10!

Umkleide- und Duschmöglichkeit in der Sporthalle der Friedensschule
(direkt neben Start und Ziel)

Voranmeldung bis 11.11.2018 unter

<https://my1.raceresult.com/108807/registration?lang=de>

Anfragen / Informationen: Stefan Lindemann, Burte 10, 49838 Langen oder unter <http://www.vfl-lingen.de/>; Mail: s.lindemann@t-online.de

Nachmeldungen und Ausgabe der Startnummern ab 9.00 Uhr am Stellplatz!