

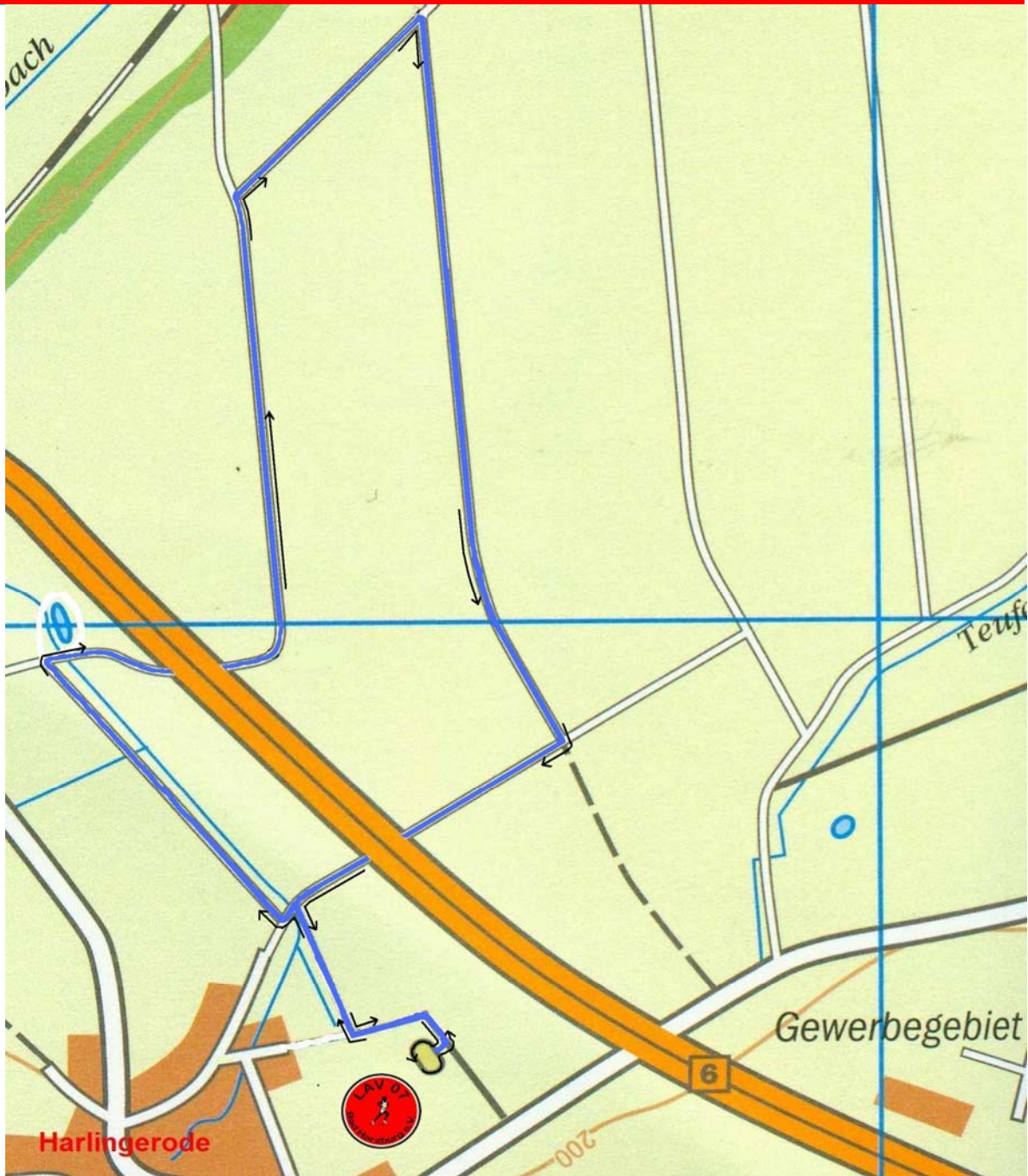


6 km

und

10 km - 1. Runde!

**Nach dem Start zuerst eine Stadionrunde,
um auf 10 km Laufstrecke zu kommen!!!!!!**



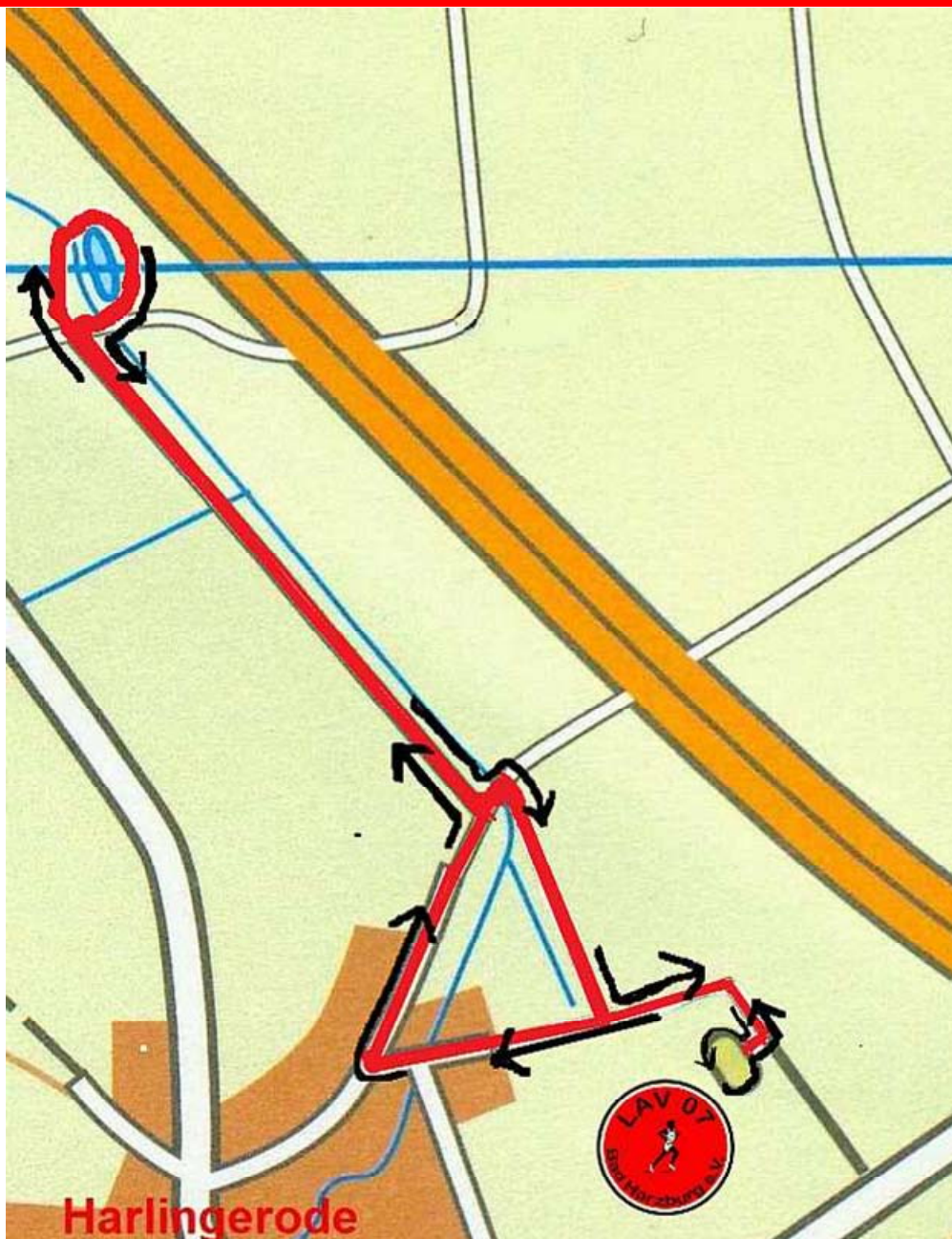
Streckenschilder in blau!





3,6 km und

10 km 2.Runde!



Streckenschilder in rot!

