

Übersicht Lauftermine 2013 , vorwiegend MV, Stand 01/2013

LM-Landesmeisterschaften, LC-Laufcup MV, MT-Meldetermin, HSG-C – HSG-Laufcup

- 26.01.2013 11:00Uhr Neubrandenburg, Hallen-LM U18, Männer und Frauen
27.01.2013 11:00Uhr Rostocker Spendenlauf, 2,5/5/10km
10.02.2013 11:00Uhr Hamburg, SeniorenHallen-LM mit HH u. SH
11.02.2013 18:30Uhr HSG Vereinshaus, Faschingslauf zum Rosenmontag mit Kostüm
23.02.2013 10:00Uhr Waren, Winterlauf 5/10/15/20/HM/25km
03.03.2013 10:00Uhr Wittenburg **LC**, 10km, MT 28.02.13
13.03.2013 18:00Uhr **1. Lauf Sportwelt-Laufserie HSG**, 60/30min, Einzel-/Paarlauf
17.03.2013 10:00Uhr Neubrandenburg, Frühlingslauf 5/15km, **LC**, MT 13.03.13
16.03.2013 10:00Uhr Hagenow, Frühjahrscross 3/7km, MT 23.03.2012
23.03.2013 11:00Uhr Ueckermünde Haffmarathon/Halbmarathon
für Marathon **LC u. LM-MT 19.03.13 getrennt, M65-HM-LM!**
30.03.2013 10.00Uhr **56. Griebenower Parklauf**, (Ostersonabend) 5/10km
07.04.2013 10:15Uhr Berlin, Halbmarathon
13.04.2013 10:00Uhr Schweriner Post-Telekom-Lauf, 15km, **LC**, MT 11.04.13
17.04.2013 18:00Uhr **2. Lauf Sportwelt-Laufserie HSG**, 60/30min , Einzel-/Paarlauf
21.04.2013 09:00Uhr Wieck/Darss, Darss-Marathon/HM,
21.04.2013 10:00Uhr Waren, Frühlingslauf, 3/8/16km
21.04.2013 09:00Uhr Hamburg, Haspa- Marathon
27.04.2013 09:45Uhr Warnemünder Stolteraluf **LC**, 10km, MT 20.04.13
27.04.2013 10:30Uhr Vitte, Hiddensee-Halbmarathon u. 11km
28.04.2013 10:00Uhr 21. Vorpommern Duathlon, Lubmin Sportplatz, Helfer !!
01.05.2013 10:00Uhr Bad Doberan, DRK-Volkslauf 3/6/12km
04.05.2013 11:00Uhr **HSG 54. Akademisches Sportfest**, Schüler bis Senioren
04.05.2013 10:00Uhr Binz, 17. Promenaden- u. Crosslauf und 4. Halbmarathon
04.05.2013 14:00Uhr Berlin, SCC Avon-Frauenlauf, 5/10km
05.05.2013 10:00Uhr Neubrandenburg, HM, **LC**, u.;**LM, MT 28.04.13 getrennt!**
05.05.2013 10:00Uhr Laage, Eurowasser-Waldlauf, 3/6/12km
05.05.2013 10:00Uhr Schwerin, Sachsenhausen Gedenklauf, 2/10/20km
08.05.2013 18:00Uhr Ueckermünde, Bahnlauf 0,4/0,8/1/5/10km
11.05.2013 11:00Uhr 7. Greifswalder Citylauf, 2,5/4x2,5/10km, HSG-Cup, WC
22.05.2013 16:00Uhr Greifswald, **HSG** Abendsportfest für Kinder bis 13 Jahre
25.05.2013 09:30Uhr Güstrow, **LC, LM Bahn**, 5000/10000m, MT 16.05.13
25.05.2013 10:00Uhr Neuenkirchen, 3 Dorflauf, 5/10km, **HSG-Cup**
25.05.2013 41. Guts Muths-Rennsteiglauf
26.05.2013 10:00Uhr Rostocker Citylauf,
08.06.2013 10:00Uhr 23. Neubrandenburg, Tollenseseelauf **Staffel**, MT 31.05.13
15.06.2013 10:00Uhr Güstrow, Inseelseelauf, **LC**, 20/10km, MT 12.06.13
16.06.2013 11:00Uhr 3. Airportrace Laage (Rostock) , 6/10/12km
22.06.2013 10:00Uhr Jatznik, 6. scn-energy-Lauf, 7,5/15km, **LC**, MT 17.06.13
22./23.06.13 Landesmeisterschaften M+W 100m – 5000m
30.06.2013 10:00Uhr Zingst, Deichlauf, 4/8/15km
06.07.2013 09:45Uhr Schweriner Fünf-Seen-Lauf, 10/15/30km,
21.07.2013 10:00Uhr Greifswald/Wieck, Boddenschwimmen (09:00Uhr!!)
21.07.2013 10:00Uhr Steinhagen, 30. K. Krull Gedenklauf **LC** 5/10km, MT15.07.13
22.-26.07.13 (?) Etape Bornholm, Marathon über 5 Tage
27.07.2013 18:00Uhr Ueckermünde, Abendlauf 5/10/15km

03.08.2013 18:00Uhr Rostocker Marathon-Nacht. HM/M/Staffel
 10.08.2013 18:00Uhr Poeler Abendlauf 1,5/10km **LC** , MT 07.08.13
 11.08.2013 10:00Uhr Burg Stargard, 13.Burgenlauf 24km, MT 09.08.13
 17.08.2013 10:00Uhr Eldenaer Sporttag der **HSG**
 24.08.2013 10:00Uhr Greifswald, 13. DLV-Lubmin Kinder-Teamcup, **HSG !!**
 24.08.2013 15:00Uhr Greifswald, **HSG** Senioren-Team-Cup
 25.08.2013 10.00Uhr Stavenhagen, Ivenacker Eichenlauf, 150 Jahre Sport
 07.09.2013 10.30Uhr! 34. Usedom-Marathon/23.Halbmarathon, MT 22.08.13
14.09.2013 10:00Uhr Neubrandenburg, Staffelmarahton, LC, MT 07.09.13
 ?? ?? Greifswald, Lauf der Genossenschaften WGG/VR und **HSG**
 15.09.2013 (?)10:00Uhr 57. Griebenower Parklauf, 5/10km
 18.09.2013 17:00Uhr Ueckermünder Bahnlauf, 5/10km
 21.09.2013 10:00Uhr Baaber Heidelauf. 2/6/10/15km, **LC**, MT 20.09.13
 21.09.2013 10:00Uhr **HSG Familiensportfest im Volksstadion**
 29.09.2013 10:00Uhr 40. BMW-Berlin-Marathon, (ausverkauft!)
 03.10.2013 10:00Uhr Ueckermünder Herbstcross, 0,6-7,5km
 05.10.2013 09:30Uhr Waren/Müritz, Tiefwareensee-Lauf, 8,5/3km,
 05.10.2013 10:00Uhr Juliusruh, Kap Arkona Lauf 10/21km,
 06.10.2013 10:00Uhr Dierhagen, Ostsee- Staffelmarahton, MT 30.09.13
 09.10.2013 18:00Uhr **3. Lauf Sportwelt-Laufserie HSG**, 60/30min , Einzel-/Paarlauf
 13.10.2013 11:00Uhr Lubmin SFG-Lauf, 5/10km, , **HSG-Cup, LC und LM**
 19.10.2013 10:00Uhr Stralsund, Rügenbrückenlauf,
 19.10.2013 10:30Uhr Rostock, 8. Taemcross mit Staffelcharakter,
 26.10.2013 10:00Uhr Laage. LM Cross 5 bzw. 8km, MT 19.10.13
 02.11.2013 10:00Uhr Graal Müritz, Schneckenlauf 5/10km,
 09.11.2013 10:00Uhr Stralsunder FHS-Lauf, 8/16km, **LC**, MT 07.11.13
 11.11.2013 18:30Uhr Faschingslauf der **HSG**, Vereinshaus, mit Kostüm
 13.11.2013 18:00Uhr **4. Lauf, Sportwelt-Laufserie HSG**, 60/30min, Einzel-/Paarlauf
 16.11.2013 09:50Uhr Jatznicker Waldlauf, 6/10,5km
 01.12.2013 10:00Uhr Rostock, BG-Gedenklauf 5/10km
 11.12.2013 18:00Uhr **5. Lauf, Sportwelt-Laufserie HSG**, 60/30min, Einzel-/Paarlauf
 07.12.2013 10:00Uhr Ueckermünder Weihnachtslauf, 5/10km,
 14.12.2013 10:00Uhr Rostock/LH , **LM**, z.B. 3000m, MT 05.12.13
 31.12.2013 10:00Uhr Greifswalder Silvesterlauf

Ziel beim **Neubrandenburger-Staffelmarahton** wieder viele Punkte für die Mannschaftswertung zu erkämpfen!!Ansprechpartner **Heike Machacek**

Meldungen für den **Laufcup** vor den ausgewiesenen Meldeterminen an **Heike Machacek** (03834-821478), oder heike@rmachacek.de

Meldungen für andere Läufe jeder selbst !!

Bitte denkt an unsere Helferfestlegung, die ab dem 1.1.2013 für alle gilt und unsere Abteilungsveranstaltungen betreffen!

Viel Spaß beim Laufen!

10.01.2013

Hans

Heike

Mayk