

Laufwart: Jürgen Trommer Blockmacherring 28 18109 Rostock ☎ 0381 – 12 87 42 90
Statistik: Dr. Herbert Stromeyer Jarpenbecker Damm 13a 18507 Grimmen ☎ 038326 – 27 84

LEICHTATHLETIK VERBAND MECKLENBURG VORPOMMERN

Volks- und Raiffeisenbank eG 

Pferdemarkt 10, Güstrow, Tel. 0 38 43 / 6 56 -0, www.vrguestrow.de

Veranstaltungen VR-Laufcup 2013

lfd	Lauf	Datum	Startzeit	M20-70	M75+	W20-55	W60+	U16-U18/20	
1	25.Wittenburger Mühlenlauf	So. 03.03.	10:00	10	10	10	10	4,8	
2	Frühlingslauf Neubrandb.	So.17.03.	10:00	15	5	15	5	5	
3	30.Ueckermünder Haffmarathon (LM Marath.)	Sa.23.03.	11:00	M *	5	M	5	5	
4	13.Post/Telekom-Lauf Schwerin	Sa.13.04.	10:00	15	15	15	15	0/15*	
5	32.Warnemünder Stoltera-Lauf	Sa.27.04.	10:30	10	10	10	10	10	
6	22.Neubrandenburger HM (LM Halbmarathon)	So.05.05.	10:00	HM	HM	HM	HM	7,5	
7	LM Bahnlauf 5/10 km Güstrow	Sa.25.05.	9:30	10	5	10	5	3/5 *	
8	37.Inselseelauf Güstrow	Sa.15.06.	10:00	20 *	10	10	10	10	
9.	7.scn-energy-Lauf Jatznick	Sa.22.06.	10:00	15	7,5	7,5	7,5	7,5	
10.	31.K. Krull-Gedenklauf Steinhagen	So.21.07.	10:00	10	5	10	5	5	
11.	4.Poeler Abendlauf	Sa.10.08.	18:00	10	10	10	10	5	
M	18.Staffelmarathon Nbg.	Sa.14.09.	10:00	Mannschafts-Marathon					
12.	7.Baaber Heidelauf	Sa.21.09.	10:00	15	10	15	10	10	
14.	12.S. Fredrich-Gedenklauf Lubmin (LM 5/10 km)	So.13.10.	11:00	10	10	10	10	5/10*	
13.	19.Stralsunder Fachhochschullauf	Sa.09.11.	10:00	15	8	16	8	8	
	Abschlussveranstaltung	Sa.30.11		Neubrandenburg					

Anmerkungen:

- * für AK M 65/70 HM statt M in Ueckermünde und 10km statt 20 km beim Inselseelauf
- * für U16 3000m-Lauf in Güstrow und 5km-LM in Lubmin
- * Teilnehmer der AK M 65 u. M 70 an der Marathonmeisterschaft in Ueckermünde werden für den Laufcup mit ihrem Halbmarathon-Zwischenergebnis gewertet
- * Die 15km-Strecke beim Güstrower Inselseelauf ist für die U16 nicht zugelassen

rot gedruckt: LM-Disziplinen

Laufwart: Jürgen Trommer Blockmacherring 28 18109 Rostock ☎ 0381 – 12 87 42 90
Statistik: Dr. Herbert Stromeyer Jarpenbeeker Damm 13a 18507 Grimmen ☎ 038326 – 27 84

LEICHTATHLETIK VERBAND MECKLENBURG VORPOMMERN

Volks- und Raiffeisenbank eG  **ufCup**

6. Okt. 10

Pferdemarkt 10, Güstrow, Tel. 0 38 43 / 6 56 -0, www.vrguestrow.de

Läufe 2011

lfd	Lauf	Datum	Startzeit	M20-70	M75+	W20-55	W60+	Jgd	
1	Wittenburger Mühlenlauf	5. Mrz.	10:00	10	10	10	10	10	
2	Frühlingslauf Nbg.	20. Mrz.	10:00	15	5	15	5	5	
3	Ueckermünder-Haffmarathon (LM)	26. Mrz.	11:00	M	5	M	5	5	
4	Post/Telekom-Lauf Schwerin	9. Apr.	10:00	15	15	15	15	15	
5	30. Warnemünder Stoltera-Lauf	30. Apr.	10:30	10	10	10	10	10	
6	Neubrandenburger HM (LM)	7. Mai.	10:00	HM	HM	HM	HM	7,5	
7	LM Bahnlauf 10 000 m / 5 000 m Güstrow	28. Mai.	9:30	10	5	10	5	5	
8	Inselseelauf Güstrow	4. Jun.	10:00	20	10	10	10	10	
9	Neustrelitz	25. Jun.	10:00	10	5	10	5	5	
10	10. www.lav-buetzow.de/	28. Aug.	10:30	10	10	10	10	10	
11	Usedom-Marathon	3. Sep.	10:30	HM	HM	HM	HM	HM	
M	Staffelmarathon Nbg.	10. Sep.	10:00	MannschaftsMarathon					
12	Lübtheener Lindenstadt-Volkslauf	2. Okt.	10:00	15	15	15	15	15	
13	Lubmin	23. Okt.	11:00	10	5	10	5	10	
14	17. FHSG Stralsund	29. Okt.	10:00	16	8	8	8	8	
	Abschlussveranstaltung	19. Nov.	10:00	P r e w					

Laufwart: Jürgen Trommer Blockmacherring 28 18109 Rostock ☎ 0381 – 12 87 42 90
 Statistik: Dr. Herbert Stromeyer Jarpenbecker Damm 13a 18507 Grimmen ☎ 038326 – 27 84

LEICHTATHLETIK VERBAND MECKLENBURG VORPOMMERN



Pferdemarkt 10, Güstrow, Tel. 0 38 43 / 6 56 -0, www.vrguestrow.de

14. Okt. 09

Läufe 2010

lfd	Lauf	Datum	Startzeit	M20-70	M75+	W20-55	W60+	Jgd
1	Frühlingslauf Nbg.	21. Mrz.	10:00	15	5	15	5	5
2	Ueckermünder-Haffmarathon (LM)	27. Mrz.	11:00	M	5	M	5	5
3	Post/Telekom-Lauf Schwerin	10. Apr.	10:00	15	15	15	15	15
4	29. Warnemünder Stoltera -Lauf	24. Apr.	10:30	10	10	10	10	10
5	Neubrandenburger HM (LM)	2. Mai.	10:00	HM	HM	HM	HM	7,5
6	LM Bahnlauf 1000 m / 5 000 m Güstrow	29. Mai.	9:30	10	5	10	5	5
7	Inselseelauf Güstrow	5. Jun.	10:00	20	10	10	10	10
8	4.scn-energy-Lauf	26. Jun.	10:00	15	7,5	7,5	7,5	7,5
9	2.Poeler Abendlauf	7. Aug.	18:00	10	10	10	10	10
10	www.lav-buetzow.de/	29. Aug.	10:30	10	10	10	10	10
M	Staffelmarathon Nbg.	11. Sep.	10:00	MannschaftsMarathon				
11	4. Baaber Heidelauf	25. Sep.	15:00	15	10	10	10	10
12	Lübtheener Lindenstadt-Volkslauf	3. Okt.	10:00	15	15	15	15	15
13	Lubmin (LM Jugend)	24. Okt.	11:00	10	5	10	5	10
14	17. FHSG Stralsund	30. Okt.	10:00	16	8	16	8	8
A	Abschlussveranstaltung	20. Nov.	10:00	20 Jahre LC GÜSTROW				

Laufwart: Jürgen Trommer Bölkower Chaussee 9 18276 Mühl Rosin ☎ 03843 – 8 22 11

Statistik: Dr. Herbert Stromeyer H.-Heine-Straße 75 18507 Grimmen ☎ 038326 – 27 84

LEICHTATHLETIK VERBAND MECKLENBURG VORPOMMERN

Volks- und Raiffeisenbank eG  - LaufCup 2009

17. Okt. 08

Pferdemarkt 10, Güstrow, Tel. 0 38 43 / 6 56 -0, www.vrguestrow.de

lfd	Lauf	Datum	Startzeit	M20-65	M70+	W20-55	W60+	Jgd	
1	Wittenburger Mühlenlauf	1. Mrz.	10:00	10	10	10	10	10	
2	Frühlingslauf Nbg.	22. Mrz.	10:00	15	5	15	5	5	
3	Ueckermünder-Haffmarathon (LM)	28. Mrz.	11:00	M	5	M	5	5	
4	Post/Telekom-Lauf Schwerin	18. Apr.	10:00	15	15	15	15	15	
5	27. Warnemünder Stoltera-Lauf	25. Apr.	10:00	10	10	10	10	10	
6	Neubrandenburger HM (LM)	2. Mai.	10:00	HM	HM	HM	HM	7,5	
7	LC / LM Bahnlauf 10 000 m Güstrow	30. Mai.	09:30	10	10	10	10	5	
8	Inselseelauf Güstrow	6. Jun.	17:00	20	10	10	10	10	
9	3.scn-energy-Lauf	27. Jun.	10:00	15	7,5	7,5	7,5	7,5	
10	Bützower CityLauf (LM)	30. Aug.	10:00	10	10	10	10	10	
11	Usedom-Marathon	5. Sep.	10:30	HM	HM	HM	HM	HM	
M	Staffelmarathon Nbg.	12. Sep.	10:00	MannschaftsMarathon					
12	Lübtheener Lindenstadt-Volkslauf	4. Okt.	10:00	15	15	15	15	15	
13	Prerow	10. Okt.	10:30	10	10	10	10	10	
14	FHSG Stralsund	31. Okt.	10:00	16	8	8	8	8	

A	Abschlussveranstaltung	21. Nov.	10:00	<i>HSV Neubrandenburg</i>
---	------------------------	----------	-------	---------------------------

Ifd	Lauf	Datum	Startzeit	M20-65	M70+	W20-55	W60+	Jgd	
1	Wittenburger Mühlenlauf	2. Mrz.	10:00	10	10	10	10	10	
2	Frühlingslauf Nbg.	16. Mrz.	10:00	15	5	15	5	5	
3	Ueckermünder-Haffmarathon (LM)	29. Mrz.	11:00	M	5	M	5	5	
4	Post/Telekom-Lauf Schwerin	12. Apr.	10:00	15	15	15	15	15	
5	27. Warnemünder Stoltera-Lauf	26. Apr.	10:00	10	10	10	10	10	
6	Neubrandenburger HM (LM)	3. Mai.	10:00	HM	HM	HM	HM	7,5	
7	LC / LM Bahnlauf 10 000 m Güstrow	31. Mai.	10:00	10	10	10	10	5	
8	Inselseelauf Güstrow	7. Jun.	17:00	20	10	10	10	10	
9	2.scn-energy-Lauf	28. Jun.	10:00	15	7,5	7,5	7,5	7,5	
10	Bützower CityLauf (LM)	31. Aug.	10:00	10	10	10	10	10	
11	Usedom-Marathon	6. Sep.	10:00	HM	HM	HM	HM	HM	
M	Staffelmarathon Nbg.	13. Sep.	10:00	MannschaftsMarathon					
12	2. Baaber Heidelauf	20. Sep.	15:00	15	10	10	10	10	
13	Lübtheener Lindenstadt-Volkslauf	5. Okt.	10:00	15	15	15	15	15	
14	Lubmin	12. Okt.	11:00	10	5	10	5	5	
A	Abschlussveranstaltung in Stralsund	22. Nov.	10:00	16	8	8	8	8	

LaufCup 2007

Stand:	Okt. 06
---------------	----------------

Ifd	Lauf	Datum	Startzeit	M20-65	M70+	W20-55	W60+	Jgd
1	Wittenburger Mühlenlauf	4. Mrz.	10:00	10	10	10	10	10
2	Frühlingslauf Nbg.	17. Mrz.	10:00	15	5	15	5	5
3	Ueckermünder-Haffmarathon (LM)	31. Mrz.	11:00	M	5	M	5	5
4	Post/Telekom-Lauf Schwerin	14. Apr.	10:00	15	15	15	15	15
5	26. Warnemünder Stoltera Lauf	28. Apr.	10:00	10	10	10	10	10
6	Neubrandenburger HM (LM)	5. Mai.	10:00	HM	HM	HM	HM	7,5
7	14. FHSG -Lauf Stralsund	26. Mai.	10:00	16,1	8	8	8	8
8	Inseelseelauf Güstrow	9. Jun.	17:00	20	10	10	10	10
9	1.scn-energy-Lauf	23. Jun.	10:00	15	7,5	7,5	7,5	7,5
10	Bützower CityLauf	26. Aug.	10:00	10	10	10	10	10
11	Usedom-Marathon	1. Sep.	10:30	HM	HM	HM	HM	HM
M	Staffelmarathon Nbg.	9. Sep.	10:00	MannschaftsMarathon				
12	Baaber Heidelauf	22. Sep.	15:00	15	10	10	10	10
13	Lübtheener Lindenstadt-Volkslauf	7. Okt.	10:00	15	15	15	15	15

14	Lubmin	21. Okt.	11:00	10	5	10	5	5
----	--------	----------	-------	----	---	----	---	---

LEICHTATHLETIK VERBAND MECKLENBURG VORPOMMERN

Termine 2006

2. Okt. 05

lfd	Lauf	Datum	Startzeit	M20-65	M70+	W20-55	W60+	Jgd
1	Wittenburger Mühlenlauf	5. Mrz.	10:00	10	10	10	10	10
2	Frühlingslauf Nbg.	19. Mrz.	10:00	15	5	15	5	5
3	Ueckermünder-Haffmarathon (LM)	1. Apr.	11:00	M	5	M	5	5
4	Post/Telekom-Lauf Schwerin	8. Apr.	10:00	15	15	15	15	15
5	25. Warnemünder Stoltera Lauf	29. Apr.	10:00	10	10	10	10	10
6	Neubrandenburger HM (LM)	6. Mai.	10:00	HM	HM	HM	HM	7,5
7	Inselseelauf Güstrow	10. Jun.	17:00	20	10	10	10	10
8	10. FeCo Lauf	24. Jun.	10:00	15	7,5	7,5	7,5	7,5
9	Bützower CityLauf (LM)	27. Aug.	10:00	10	10	10	10	10
10	3. Bäderlauf Kühlungsborn	3. Sep.	10:30	15	7,5	7,5	7,5	7,5
	Staffelmarathon Nbg.	9. Sep.	10:00	Frauen, Männer, Oldies(m+w), Jugend, Mixed				
11	Schwaaner Herbstlauf	16. Sep.	10:00	25 (bis M60)	10 (ab M65+)	10	10	10
12	Lübtheener Lindenstadt-Volkslauf	8. Okt.	10:00	15	15	15	15	15
13	Lubmin	21. Okt.	11:00	10	5	10	5	5



Lauf Cup LV MV

Laufwart: Jürgen Trommer Bölkower Chaussee 9 18276 Mühl Rosin ☎ 03843 – 8 22 11 Fax

Statistik: Dr. Herbert Stromeyer H.-Heine-Straße 75 18507 Grimmen ☎ 038326

LEICHTATHLETIK VERBAND MECKLENBURG VORPOMMERN

Termine 2005

lfd	Lauf	Datum	Startzeit	M20-65	M70+	W20-55
1	Wittenburger Mühlenlauf	6. Mrz.	10:00	10	10	10
2	Frühlingslauf Nbg.	20. Mrz.	10:00	15	5	15
3	Ueckermünder-Haffmarathon (LM)	2. Apr.	11:00	M	5	M
4	Post/Telekom-Lauf Schwerin	16. Apr.	10:00	15	15	15
	LandesMeisterschaft 5000 & 10 000 m Niklotstadion Güstrow	23. Apr.	10:00	gestartet wird in 3 Leis		
5	Neubrandenburger HM (LM Halb m.)	7. Mai.	10:00	HM	HM	HM
6	Stralsunder FH-Lauf	14. Mai.	10:00	16,1	8	8
7	Inselseelauf Güstrow	4. Jun.	17:00	20	10	10
8	Mönkebuder Deichlauf	9. Jul.	10:00	15	15	15
9	Bützower CityLauf (LM 10 km- Straßenl.)	28. Aug.	10:00	10	10	10
10	Usedom HM	3. Sep.	10:30	HM	HM	HM
M	Staffelmarathon Nbg.	10. Sep.	10:00	Frauen, Männer, Oldies(m+		
11	Schwaaner Herbstlauf	17. Sep.	10:00	25 (bis M60)	10 (ab M65+)	10
12	Lübtheener Lindenstadt-Volkslauf	2. Okt.	10:00	15	15	15

13	Lubmin	22. Okt.	11:00	10	5	10
-----------	---------------	-----------------	--------------	----	---	----



κ 03843 – 85 58 95
– 27 84

3. Nov. 04

W60+	Jgd
10	10
5	5
5	5
15	15

stungsgruppen

HM	7,5
8	8
10	10
15	5
10	10
HM	HM

rw), Jugend, Mixed

10	10
15	15

5	5
---	---



Cup LV MV

Laufwart: Jürgen Trommer Bölkower Chaussee 9 18276 Mühl Rosin ☎ 03843 – 8 22 11 Fax 03843 – 85 51

Statistik: Dr. Herbert Stromeyer H.-Heine-Straße 75 18507 Grimmen ☎ 038326 – 27 84

LEICHTATHLETIKVERBANDMECKLENBURGVORPOMMERN

Termine 2004

Nr.	Lauf	Datum	Startzeit	M20-65	M70+	W20-60	W65+
1	Wittenburger Mühlenlauf	07.03.	10:00	10	10	10	10
2	Neubrandenburger Frühjahrslauf	21.03.	10:00	15	5	15	5
3	Ueckermünder Haffmarathon	27.03.	11:00	M	5	M	5
4	Schweriner Post/Telekom Lauf	17.04.	10:00	15	15	15	15
5	Stoltera Lauf Warnemünde	24.04.	10:00	10	10	10	10
6	Neubrandenburger Halbmarathon	08.05.	10:00	HM	HM	HM	7,5
7	Güstrower Inseelseelauf	22.05.	17:00	20	10	10	10
8	Bützower Citylauf	20.06.	10:00	HM	10	10	10
9	Mühlenhofer FeCo - Lauf	26.06.	10:00	10	10	10	10
10	Usedomer Halbmarathon	04.09.	10:30	HM	HM	HM	HM
	Nbg. Staffellarathon	11. Sep	10:00	MM	MM	MM	MM
11	Schwaaner Herbstlauf	18.09.	10:00	25	10	10	10
12	Lübtheener Lindenstadt - Volkslauf	10.10.	10:00	15	15	15	15
13	Lubminer Waldlauf	23.10.	10:00	10	5	10	5

Ju
10
5
5
15
10
7,5
10
10
10
HM
MM
10
15
5