

Lauf-Abteilung

*(5 von 8 Läufen werden gewertet, für weitere Teilnahmen gibt es max. 3*10 Bonuspunkte)*

Datum

Art

Veranstaltung

Distanz

19.01.2020

Gemeinschaftslauf

Marathonstaffel, Mörfelden

4*10,55 km

22.02.2020

LCO-Meisterschaft

Groß-Gerau Frühjahrslauf

10 km

28.03.2020

LCO-Meisterschaft

Brechener Volkslauf

Halbmarathon

19.04.2020

LCO-Meisterschaft

Maaraulauf Wiesbaden

11 km

19.05.2020

LCO-Meisterschaft

Bahnlauf, Helmut-Schön-Sportpark

3.000 m

27.05.2020

Gemeinschaftslauf

Kreisstaffel-Abend
im Helmut-Schön-Sportpark

W: 3*800 m

M: 3*1.000 m

26.06.2020

LCO-Meisterschaft

Eppsteiner Burglauf

7,777 km

02.08.2020

LCO-Meisterschaft

Rieslinglauf Oestrich

10 km

30.08.2020

LCO-Meisterschaft

Panoramalauf Niedernhausen

15 km

20.09.2020

Event

Münster (Westf.) Marathon

Marathon

18.10.2020

LCO-Meisterschaft

Rodgau Hexenlauf

10 km

05.12.2020

Gemeinschaftslauf

ALV Nikolauslauf MZ-Gonsenheim

alle

31.12.2020

Gemeinschaftslauf

Silvesterlauf in Bad Kreuznach

5 + 10 km

Triathlon Cup 2020, 4 aus 7

Datum	Art	Veranstaltung	Distanz
22.02.20	Lauf	Frühjahrslauf Groß-Gerau	10 km
25.07.20	Schwimmen	Schwimmmeisterschaft	400 m
07.06.20	Triathlon Sprint	Woogsprint	750-20-5 Darmstadt
21.06.20	Triathlon OD	Erich-Fill Triathlon	1-42-10 Taur
16.08.20	Triathlon OD	Rodgau Triathlon	OD
Viernheim			
23.08.20	Zeitfahren	LCO Bergzeitfahren	7,8 km, > 235 HM Ma
01.11.20	Duathlon	Hugenotten-Cross-Duathlon	5-20-2,5

Hessen Ligen 2020

1. HL Damen / 2. HL Herren / Seniorenliga / Mastersliga

Dieses Jahr findet leider keine Liga statt