










## Volksläufe 2010

	Datum	Ort	Laufstrecken in km			Besonderheiten
1	21.02.2010	Amelinghausen 	5,0	11,5	21,1	Auftakt der Saison natürlich bei uns
2	14.03.2010	Celle	5,0/10,0	15,0	20,0	Einer der Stadtläufe schlechthin
3	14.03.2010	Scharnebeck 	5,0	11,0	21,0	Rund um Scharnebeck+Elbeseitenk.
4	11.04.2010	HH-Wilhelmsburg	5,0	10,0	20	Gerade Laufstrecken
5	11.04.2010	Hermannsburg	5,0	10,0	20,0	Teilweise etwas uneben
6	10.04.2010	Kyffhäuser Berglauf	6,0/14,0	21,1	42,2	Landsch.schön + sehr anspruchsv.
7	18.04.2010	Thomasburg 	5,0	10,0	15,0	Gute Laufstrecken
8	01.05.2010	Winsen	5,8	10,8	21,1	Schöne Deichlaufstrecke
9	09.05.2010	Bad Bevensen 21. Ilmenaulauf	4,7	9,6		Gute Strecke
10	09.05.2010	Salzhausen	5,4	10,4	21,1	Wald- und Wiesenlauf
11	28.05.2010	7. Stadtlaf „Run for Help“		9,35		Sehr flache Strecke Asphalt
12	28.05.2010	Wilstedt	5,0	10,0		Schöner Abendlauf
13	29.05.2010	17.Emder Matjeslauf	5,0	10,0		
14	05.06.2010	13. Hitfelder Volkslauf	4,4	10,6	20,5	Feld- und Waldwege
15	06.06.2010	Hohnstorf/Elbe 	6,0	10,6	21,1	Schöne Strecke am Elbe-Seitenkan.
16	11.06.2010	Uelzen	4,9	9,7		Schöner abendl. Stadtlaf
17	20.06.2010	Buchholz	5,3	10,0	21,1	Große Begeisterung des Publikums
18	02.07.2010	Schweriner Seen Lauf	10,0	15,0	30,0	Anspruchsvolle Strecken
19	30.07.2010	17. Lüchower Zehner	10,0			Gute Strecke
20	06.08.2010	Bodenteich	5,7	11,2		Nette Party nach dem Lauf
21	14.08.2010	Borstel (bei Winsen Luhe)	4,7	10,7	21,1	Laufen d.Wald+auf befest.. Wegen
22	07.08.2010	10. Rykä Frauenlauf	7,5			Rund um die Außenalster
23	22.08.2010	Amelinghausen 	8,4			Anspruchsv.Strecke+Zusch.o.E nde
24	26.09.2010	Tangendorf	5,0	10,0	21,1	Laufen mit anschl. Verlosung
25	28.08.2010	Schneverdingen	5,0	10,0	21,1	Lauf d.die Heide+abendl.Feuerwerk
26	07.09.2010	Airport Race HH 	16,0			10 Meilen rund um den Flughafen
27	12.09.2010	Lüneburg - Tiergarten 	6,3	10,6	19,1	Gute Laufstrecken
28	19.09.2010	Adendorf 	5,0	10,0	20,0	Lauf d.die Wälder um Adendorf
29	03.10.2010	Jesteburg	5,3	10,3	20,3	Es gibt ein Rahmenprogramm
30	17.10.2010	Rottorfer Volkslauf	6,8	10,0	19,3	Landschaftlich schöne Strecke
31	29.08.2010	1.Brunsbeglauf Holm Seppensen		11,7		Mit Bergwertung
32	07.11.2010	TSV Gellersen 		10,0	20,0	Sehr harte Strecke
33	14.11.2010	Hösseringen	6,0/10,0	15,0	20,0	Gutes Rahmenprogr. m.Verlosg
34	27.11.2010	7. Ebstorfer Winterlauf	5,0	10,0		Sehr flache Strecke

Läufe zum SAHLA-Cup sind mit gekennzeichnet

