



**- Straßenlauf**

Strecke: 10 km  
 Start: 19:15 Uhr

- Einführungsrunde
- 3 x Hauptrunde
- Zieleinlauf

**- Feuerwehrlauf**  
**- Mannschaftslauf**

**- Walker**

Strecke: 6 km  
 Start: 20:30 Uhr

- 1. Runde
- 2 x Hauptrunde
- Zieleinlauf

Quelle Karte:  
 Land NRW (2018)  
 Datenlizenz Deutschland - Namensnennung - Version 2.0  
<https://www.govdata.de/dl-de/by-2-0>  
<https://www.tim-online.nrw.de>