

Wendestrecke: 500 m

--->

U8; U10

KH-Runde: 1200-1300m

(=Krankenhaus-Runde) --->

U12

große Runde: 1700 m

--->

U14; U16

2900m: U18;wU20;Hobby

erst 1 KH-Runde dann 1 große Runde

4600m: mU20;F+AK;M65 u.ä.

erst 1 KH-Runde
dann 2 große Runden

6900m: M - M60

4 große Runden

