

Zeitplan des Rodenbacher Lauftages am 13.9.2020 (Sonntag)

8.45 Uhr Start Halbmarathon und $\frac{3}{4}$ -Marathon, Einzel und Staffeln* (2er/3er),
(jeder $\frac{3}{4}$ -Marathoner erhält seine Halbmarathonwertung zusätzlich und
jeder Halbmarathoner ist automatisch für den $\frac{3}{4}$ -Marathon zugelassen)
auf 1x6,1km- sowie 3(-5)x5km-Runde. Klassenwertung U18 bis AK80.

12.30 Uhr Zielschluss Halbmarathon und $\frac{3}{4}$ -Marathon.

12.35-12.45-12.55 Start Stadioncross nach Meldezahlen.

13.30 Uhr hessische Meisterschaften 5km Schüler U14, U16,
Einzel- und Mannschaftswertung.

14.05 Uhr Zielschluss 5km-Lauf.

14.30 Uhr hessische Meisterschaften 10km,
Jugend U18, U20 bis Senioren m/w AK80,
Einzel- und Mannschaftswertung.

15.45 Uhr Zielschluss 10km-Lauf.

Siegerehrungen:

Ab 11.30 Uhr Halbmarathon Gesamtwertung, Klassenwertung, Staffeln,
anschließend $\frac{3}{4}$ -Marathon Gesamtwertung und Staffeln.

Ab 13.05 Uhr $\frac{3}{4}$ -Marathon Klassenwertung.

Ab 14.05 Uhr Stadioncross.

Ab 15.45 Uhr Hessische Meisterschaft 5km, Einzel- und Mannschaftswertung,
anschließend Hessische Meisterschaft 10km, Gesamtwertung 1-8 (+MS) sowie
Einzel- und Mannschaftswertung in den ausgeschriebenen Klassen.

*Im Halbmarathon bilden zwei Teammitglieder eine Staffel. Die Ablöse erfolgt
nach zwei Runden im Start-Ziel-Bereich (KM 11,1).

Im $\frac{3}{4}$ -Marathon bilden drei Teammitglieder eine Staffel. Die Ablöse erfolgt nach
zwei Runden und nach vier Runden im Start-Ziel-Bereich (KM 11,1/21,1).

Der Halbmarathon ist nach IAAF-Regeln vermessen und bestenlistenfähig.

Der $\frac{3}{4}$ -Marathon verläuft auf Runde 5 und 6 mit einem kleinen Zusatzabschnitt
innerhalb des Stadionbereiches und ist dadurch exakt 31,646 km lang.