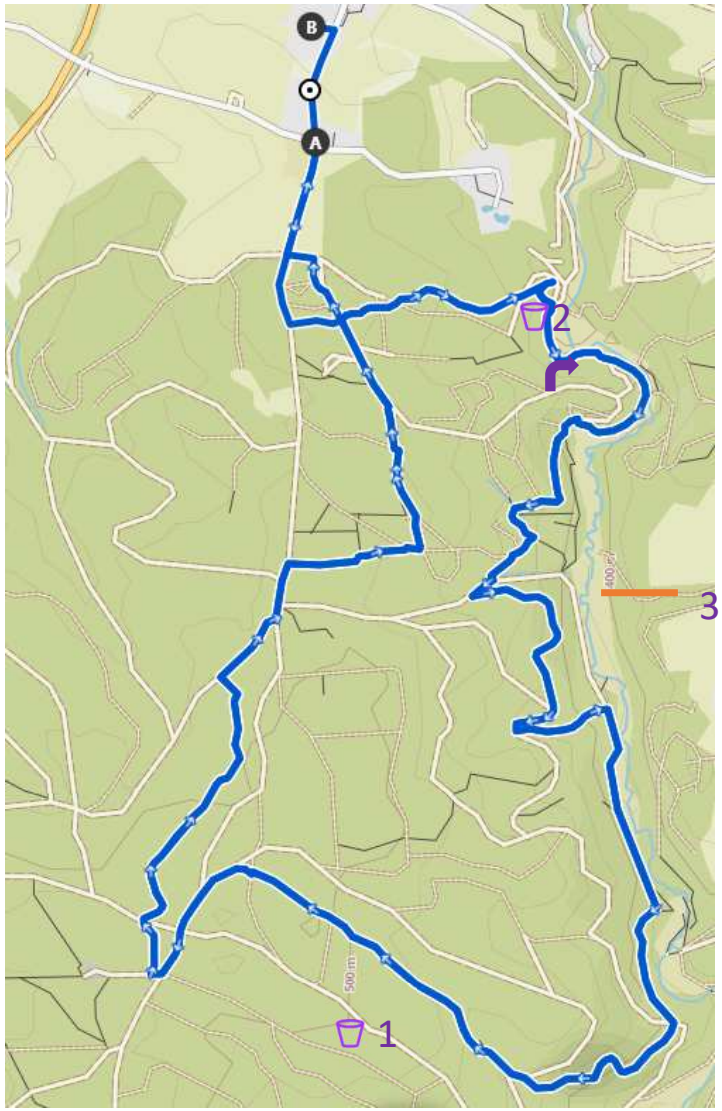

- 10 km Strecke in Blau als „Standardrunde“
- 20km Strecke läuft die Runde ein zweites Mal bei Getränkeposten 2 (Lila Pfeil)
- 5km Strecke läuft die Abkürzung (orange)
- 2km Strecke läuft nur bis zum Getränkeposten und dort wieder nach Norden zum Vereinsheim

Getränkeposten 1 und 2: je zwei Helfer
Getränkeposten 1 hat 1x alle Läufer 10km und 2x alle Läufer 20km
Getränkeposten 2 hat alle Läufer jeweils einmal und 20km zweimal, der Großteil wird hier aber eher nichts trinken müssen. Hier ist ebenfalls der Abzweig für die Kinderstrecke bzw. für die 20km Strecke:
Direkt nach dem Start alle Kinder (2km) nach Norden, alle anderen nach Osten.
Ca. 20 Minuten Pause
Danach alle Läufer nach Norden außer die 20km nach Osten

Punkt 3 wäre der Streckenposten.
Hier befindet sich der Abzweig zur 5km Strecke. D.h. dort müsste jemand die 5km nach Westen und die 10 bzw. 20km nach Süden schicken