

**Laufcupveranstaltungen M-V 2025 mit Terminen und Streckenlängen**  
(Laufcup Mecklenburg-Vorpommern und Nachwuchslaufcup)

Nr.	Lauf	Datum	Startzeit (Uhr)	Laufcup M-V (LC)							Nachwuchslaufcup (NLC)			
				Altersklasse/Strecke (km)							Startzeit (Uhr)	Altersklasse/Strecke (km)		
				M20-M65	M70+	W20-W55	W60+	U20	U18	U16		U10	U12	U14
1	37. Wittenburger Mühlenlauf	Sonntag, <b>02.03.</b>	10:00	10	10/4*	10	10/4*	10/4*	4	4	10:00	1,5	1,5	4
2	Walter-Gladrow-Gedenklauf	Samstag, <b>15.03.</b>	10:00	15	5	15	5	5	5	5	10:00	2	2	2
3	40. Ueckermünder Haffmarathon (mit <b>LM Marathon</b> )	Samstag, <b>29.03.</b>	11:00	<b>M*</b>	5	<b>M</b>	5	5	5	5	11:00	2	2	5
4	8. Schweriner Schlosslauf	Samstag, <b>12.04.</b>	10:00	15	8	15	8	8	8	4	10:00	1	1	4
5	42. Warnemünder Küstenwaldlauf	Samstag, <b>26.04.</b>	10:00	10	10	10	10	10	10	3	10:00	3	3	3
6	32. Neubrandenburger Kulturparklauf (mit <b>LM Halbmarathon</b> )	Samstag, <b>03.05.</b>	10:00	<b>HM</b>	<b>HM</b>	<b>HM</b>	<b>HM</b>	5	5	5	10:00	2	2	5
7	<b>LM Bahn</b> 10.000m/5.000m (Rostock)	Sonntag, <b>25.05.</b>	09:00	10	5	10	5	10/5*	5*	3	09:00	-	-	-
8	47. Stadtwerke Güstrow Inseelseelauf	Samstag, <b>07.06.</b>	10:00	10	10	10	10	10	5	5	10:00	1,2	1,2	5
9	4. Sommerlauf Waren (Müritz)	Samstag, <b>21.06.</b>	10:00	15	5	15	5	10	10	5	10:05	2	2	2
10	<b>Göllnitz-Schmooksberglauf (Diekhof)</b>	Samstag, <b>05.07.</b>	10:00	10,5*	5	10,5	5	5	5	5	10:00	2	2	5
11	42. Karl-Krull-Gedenklauf (Steinhagen)	Sonntag, <b>27.07.</b>	10:00	10	5	10	5	5	5	5	10:00	2	2	2
12	<b>19. Herbstlauf Waren (Müritz)</b>	Samstag, <b>30.08.</b>	10:00	10	5	10	5	10	5	5	10:05	1,6	1,6	5
M	29. Neubrandenburger Staffelmарathon	Samstag, <b>13.09.</b>	10:00	Mannschafts-Marathon						10:00	Mannschafts-halbmarathon			
13	18. Baaber Heidelauf	Samstag, <b>27.09.</b>	10:30	15	10	15	10	10	6	6	10:30	2	2	2
14	24. Sebastian-Fredrich-Gedenklauf (Lubmin)( <b>LM 10/5km</b> Straße)	Sonntag, <b>12.10.</b>	11:00	10	5	10	5	10	10	5	11:00	2,5		
15	<b>LM Crosslauf</b> (Laage)	Samstag, <b>01.11.</b>	09:30	7,2	4,8	4,8	4,8	3,6/ 4,8	3,6/ 4,8	3,6	12:00	0,5	1,2	2,4
Abschlussveranstaltung		<b>22.11.2025</b>	<b>Baabe</b>							Nov./Dez. 2025, voraussichtlich Bad Doberan				

**Anmerkungen:** \* fett gedruckt Landesmeisterschaften  
 \* für MJU20 10km, für WJU20 und ab **M75/W70** 4km in Wittenburg  
 \* für AK M65 HM statt M in Ueckermünde  
 \* Teilnehmer der AK M65 an der Marathon-LM in Ueckermünde werden für den Laufcup mit ihrem Halbmarathon Zwischenergebnis gewertet (bei erfolgreicher Absolvierung des Marathonlaufs auch mit halbem Zusatzpunkt)  
 \* Der 5.000m-Lauf am 25.05. ist **nur** für die männl. und weibl. JU18, die weibl. JU20, M70+ und W60+ als LM ausgeschrieben.  
**Neu:** Für die männliche U20 gilt der 10.000m-Lauf sowohl als Laufcupwettbewerb als auch als Landesmeisterschaft.  
 \* bei den Crossmeisterschaften starten die Männer der AK M75+ im Frauenwettbewerb, **MJU18/20 4,8km, WJU18/20 3,6km**  
 \* für AK M65 5km in Diekhof

ab 2026 U14 2km

ab 2026 U14 2-3km