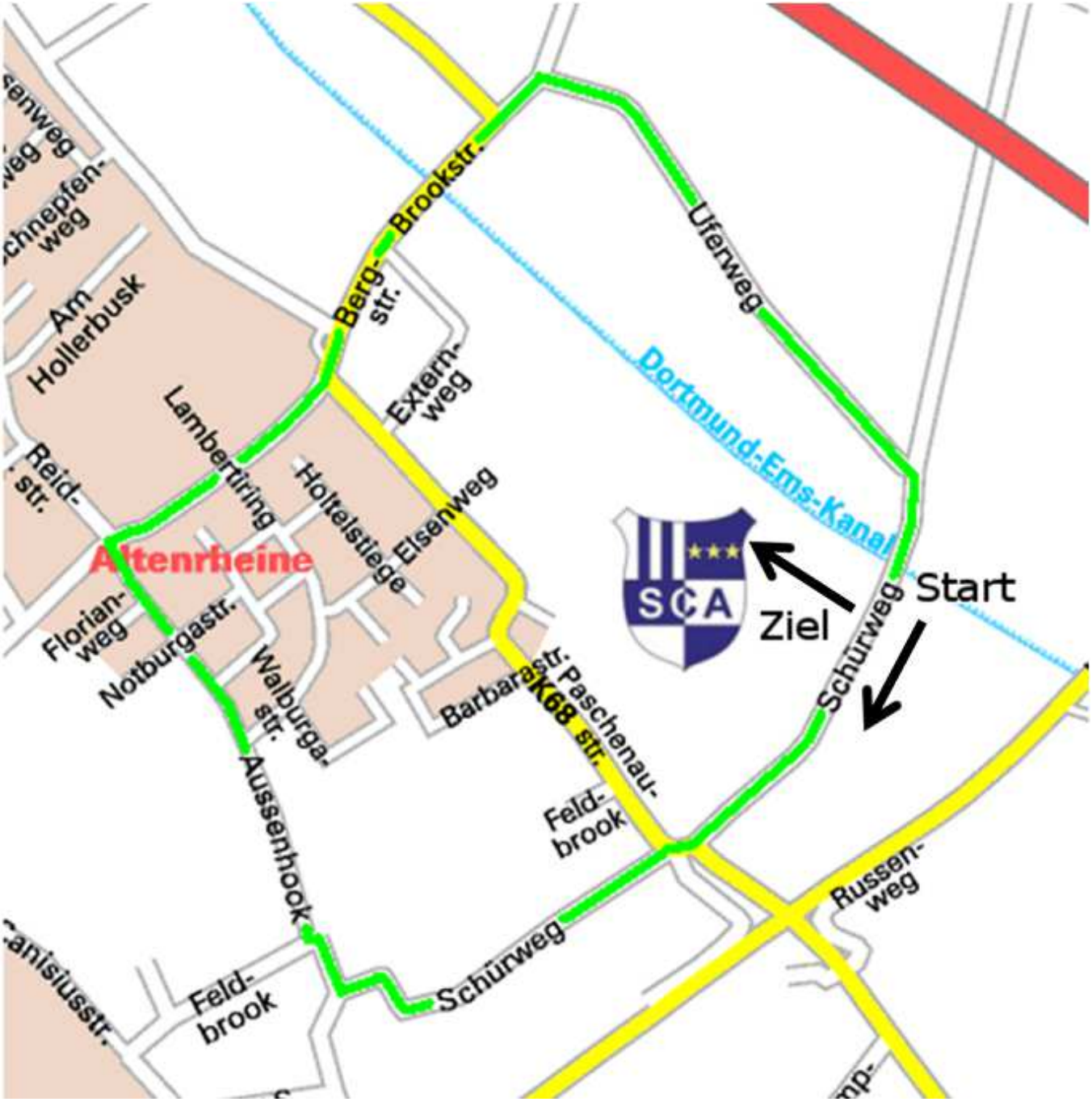
der 10 km Lauf (drei Runden)



und im Stadion eine Platzrunde