From Dawn till Dusk

Ganztägige Trainingsetappentour um Lüchow-Dannenberg mit Laufschuhen, Rennrädern, Mountainbikes, Inlineskates, Rollski, Nordiccrossskates, Paddelbooten, Badehosen und Wanderschuhen

Start am Sonnabend, dem 27.Juli, um 6 Uhr an der ehemaligen Grenze südlich von Wustrow (Schwarzwasser)

	Startzeit	Sportart	Länge	Dauer	Etappenstart		Etappenziel	Name
1. Etappe	6.00 Uhr	Laufen	4,9	0:30	Wustrow, Grenze		Jeetzelbrücke Teplingen	Marcus H, Anja H
2. Etappe	6.30 Uhr	Paddeln	7,8	1:00	Jeetzelbrücke Teplingen		Landgrabenbrücke Dangenstorf	Detlef B
3. Etappe	7.30 Uhr	Rennrad	18,4	0:40	Landgrabenbrücke Dgstf		Prezelle Bushaltestelle	Andreas K, Dieter S, Alexander M, Holger H, Torsten A, Claudia B, Sonja R,Detlef S,Christian C
4. Etappe	8.10 Uhr	MTB	18,6	0:50	Prezelle Bushaltestelle		Schnackenburg Marktplatz	Markus S
5. Etappe	9.00 Uhr	Rollski	8,5	0:45	Schnackenburg Marktplatz		Parkplatz Quarnstedt	Detlef B
6. Etappe	9:45 Uhr	Schwimmen	1,7	0:40	Gartower See, Ostufer		Gartower See, Westufer	Alexander M., Monie B, Erwin S
7. Etappe	10.25 Uhr	Laufen	6,5	0:35	Gartower See, Westufer		Höhbeck, Fährstraße	Rudolf B
8. Etappe	11.00 Uhr	Wandern	2,6	0:30	Höhbeck, Fährstraße		Vietze Heidberg	Gisela D, Marion L, Hermann W. Ilona S, Ulli R, Anne FR
9. Etappe	11.30 Uhr	Rennrad	15,1	0:35	Vietze Heidberg		Langendorf Kiefernweg	Dieter D, Alexander M, Holger H, Torsten A, Sonja R, Ulli R, Detlef S
10. Etappe	12:05 Uhr	Laufen	6,1	0:35	Langendorf Kiefernweg		Wulfsahl	Christian K
11. Etappe	12.40 Uhr	Skaten	17,4	0:45	Wulfsahl		Hitzacker Camping-Parkplatz	Detlef B, Anne FR
12. Etappe	13.25 Uhr	Rennrad	24,3	0:55	Hitzacker Camping-Parkplatz	N Darchau	Wietzetze, Abfahrt Leitstade	Alexander M, Holger H, Torsten A, Sonja R, Detlef S
13. Etappe	14.20 Uhr	MTB	18,4	0:55	Wietzetze, Abfahrt Leitstade	Leitstade	Keddien, Straße nach Spranz	Markus S, Sabine S, Dirk W, Holger M
14. Etappe	15.15 Uhr	Laufen	6,5	0:40	Keddien, Straße nach Spranz	Mechtin	Kurve bei Gohlau	Jens R, Yvonne zD, Mei-Sven R
15. Etappe	15:55 Uhr	MTB	12,9	0:40	Kurve bei Gohlau		B71 Abfahrt Proitze	Markus S, Sabine S, Dirk W, Holger M
16. Etappe	16.35 Uhr	Crossskaten	9,2	0:40	B71 Abfahrt Proitze		K44/Schäpingen	Detlef B
17. Etappe	17:15 Uhr	Rennrad	23,5	0:50	K44/Schäpingen	Thune	Luckau Dumme-Brücke	Dietrich P, Wolfgang C, Frau C, Alexander M, Holger H, Torsten A, Mario & Co., Sonja R, Detlef S
18. Etappe	18:05 Uhr	Laufen	4	0:25	Luckau Dumme-Brücke		Wustrow, Grenze	Dieter D, Marcus H, Anja H, Susi K