



Ziel

30m

50m

400m

+
1 Runde

100m

3000m

+
9 Runde

800m

+
2 Runde

Die Startmarken sind wie hier dargestellt weiß gekennzeichnet. Da die Kennzeichnung recht breit ist, zeigt der Pfeil jeweils den tatsächlichen Startpunkt oder die Startlinie an. Für den Start 400/800/3000m zeigt die gelbe gebogene Linie den Ausgleich des Kurvenradius an. Für die jeweiligen Strecken ist immer das gleiche Ziel zu nehmen.

Für einen 100 m Lauf unter Wettkampfbedingungen ist neu auszumessen um die gesamte Gerade dafür zu nutzen.