

Rheinland-Meisterschaften Crosslauf

Termin: Sonntag, 30. Januar 2011
Ort: 65582 Diez, Hedwig-Sophie-Str., Dr. Heymann Sportanlage, Diezer Hain
Ausrichter: VfL Altdiez
Meldungen über: **LA.net:** <https://lanet.seltec-sports.de> oder Leichtathletik-Verband Rheinland Postfach 201354, 56013 Koblenz, Fax: 0261/9144103 (einfach auf DLV-Meldebogen)
Meldeschluss: 20. Januar 2011 (Eingang)

Informationen: Lutz Preußner, Fon: 0170-3439340

Wertung

Schülerklassen: In der Einzelwertung wird jede Klasse für sich gewertet.

Mannschaftswertung: In den Klassen W12/13, W14/15, WJB, WJA, Juniorinnen, Frauen, W30/35, W40/45, W50 - W75, M12/13, M14/15, MJB, MJA, Junioren, Männer, M30/35, M40/45, M50/55, M60 - M85

Die Mannschaftswertung erfolgt **durch Addition der Einlaufplatzierungen**. Bei Punktgleichheit zweier Mannschaften nimmt die Mannschaft den besseren Rang ein, die die/den besser platzierte/n dritte/n Läufer/in ins Ziel bringt.

Eine Mannschaft besteht aus 3 Teilnehmer/innen.

Hinweis: Bei gemeinsam gestarteten Läufen kann ein(e) Teilnehmer(in) nur in einer Klasse gewertet werden. Schüler/innen und Jugendliche dürfen nur einmal an den Start gehen. **Die Läufe der Klassen W/M12/13 sind Rahmenwettbewerbe. Die Klassen W/M11 sind nicht startberechtigt!** **Startpässe** werden für alle Starter/innen (auch W/M12/13) benötigt.

Ausgabe der Startunterlagen: Vereinsheim Sportanlage Oranienstein

Umkleiden/Duschen: Begrenzt auf der Sportanlage Oranienstein oder Zentrale Sportanlage, Schaumburgerstr.

Wettbewerbe und Zeitplan

Zeit	Klasse		Strecke	Runden
11.00	Junioren, MJA, M50 - M85		ca. 5610m	1 kl. Runde u. 2 gr. Runden
11.45	Männer, MJB	Mittelstrecke	ca. 3390m	1 kl. u. 1.gr.Runde
12.00	Frauen, WJA, WJB	Mittelstrecke	ca. 3390m	1 kl. u. 1 gr. Runde
12.15	W12/13	Rahmen-Wettbewerb	ca. 1700m	1 mittlere Runde
12.25	M12/13	Rahmen-Wettbewerb	ca. 1700m	1 mittlere Runde
12.35	M14/15		ca. 2390m	1 gr. Runde
12.50	W14/15		ca. 2390m	1 gr. Runde
13.10	Frauen, Juniorinnen, W30 - W75	Langstrecke	ca. 5610m	1 kl. u. 2 gr. Runden
13.50	Männer, M30 - M45	Langstrecke	ca. 9050m	4 gr. Runden

Zeitplanänderungen vorbehalten!

Die angegebenen Zeiten sind Richtzeiten. Der Ausrichter behält sich Änderungen unter Beibehaltung der Reihenfolge vor.

Siegerehrung: ca. 30 Minuten nach Beendigung des jeweiligen Wettbewerbes.

Strecke: Die Strecke liegt im Bereich der Sportanlage Oranienstein und kann mit Spikes belaufen werden.

Anreise: A3, Abfahrt Diez (Navigationssystem Richtung 65582 Diez, Sophie-Hedwig-Str. Von der Innenstadt aus Beschilderung Sportanlage Oranienstein folgen.

Parken: Im Bereich der Sportanlage Oranienstein (gekenntzeichneter Bereich).

Haftung: Für Unfälle, Diebstähle und sonstige Schäden wird vom Veranstalter und Ausrichter keine Haftung übernommen.