

Termine und Ausrichter:

- 15.01.2023 **8. Cosslauf der Arnstorfer LG (4,2 & 7Km)**
Cornelia Bauer, Tel.: (0049) 08723 / 979734
www.arnstorfer-ig.de
- 02.04.2023 **14. Ruhstorfer Marktlauf (5 & 10 Km)**
Ludwig Grasmann, Tel.: (0049) 08531 / 3435;
www.laruhstorf.de
- 29.04.2023 **39. Mattighofner Stadtlauf (10Km)**
Roman Breckner, Tel.: (0043) 0650 / 2764307;
www.tsvmattighofen.at
- 07.05.2023 **34. Mettenheimer Alleelauf (5 & 10Km)**
Karl Bruckbauer, Tel.: (0049) 08631 / 1675958;
www.alleelauf.de
- 16.06.2023 **11. 2er- Team- Stundenlauf**
Kerstin Gattermann; kerstin.gattermann@gmail.com
www.teamstundenlauf.lg-innviertel.at
- 25.06.2023 **23. Subener Lindetwaldlauf (7,5 & 21 km)**
Bernd Schneider, Tel.: (0043) 650 / 7773803;
www.lindetwaldlauf.at
- 08.07.2023 **13. Sommernachtslauf Bad Birnbach (6 & 9,6 Km)**
Axel Weber, Handy 0151 / 46146344;
www.tvbadbirnbach.de
- 29.07.2023 **12. Pörndorfer Sommernachtslauf (3,6 & 7,5 Km)**
Elke Schartner, Handy 0160 / 96820693;
www.djk-poerndorf.de
- 19.08.2023 **39. Rieder WEBERZEILE Stadtlauf (4,3 & 7,2 Km)**
Jasmin Zweimüller; (0043) 6603169221
www.rieder-stadtlauf.at
- 09.09.2023 **15. Zweibrückenlauf Wernstein (5,6 & 13,4 Km)**
Josef Piroth, Tel.: (0043) 07713 / 7000 -15
www.wernstein.at
- 16.09.2023 **11. Raaber Unionlauf (7,5Km)**
Dr. Johann Hammerer, Tel.: (0043) 0664 / 1613904;
www.union-raab.com
- 01.10.2023 **10. Schlösserlauf (HM 21 Km + 10Km)**
Gerhard Mayr, Tel.: (0043) 650 / 8680685
www.schloesserlauf.at

08.10.2023 **26. Ruhstorfer Geländelauf (7,5Km)**
Ludwig Grasmann, Tel.: (0049) 08531 / 3435;
www.laruhstorf.de

29.10.2023 **Herbst Rosen Trophy 2023 (5 km)**
Margit Eidenhammer; (0043) 18828393
www.sportverein-lengau.at

12.11.2023 **23. Therme Geinberglauf (5,3 + 10 Km)**
Alois Petermaier, Tel.: (0043) 650 / 3641116 ;
www.lcgeinberg.com



Allgemeines: + Insgesamt **15** Läufe
+ Teilnahmeberechtigt ist jeder, auch ohne Vereinszugehörigkeit

Klasseneinteilung:
Jugend / Schüler: U18 / U20 / U16 / U14
Frauen / Männer: 2003 und älter
Altersklassen: W/M 30/35/40/45/50/55/60/65/70/75/80

Auszeichnung: + Alle Klassensieger M / W
+ Platz 1 – 3 hochwertige Sachpreise;
ab Platz 4 ein kleines Präsent

(Voraussetzung: Teilnahme für alle an mindestens 4 Läufen)

Einzelwertung:
+ Frauen und Männer jede Strecke
+ Bei Doppelstart wird die längere Strecke gewertet.
+ gewertet werden 11 Läufe!!!

+ **Extra Wertung**
die drei Punktbesten Frauen und Männer,
ohne Streichresultat und ohne Berücksichtigung
auf die AK- Wertung, erhalten wertvollen Sachpreis

Mannschaftswertung:
A) Männerteams (3 Läufer) ohne AK - Wertung
B) Frauentteams (3 Läuferinnen) ohne AK Wertung
+ 15 Wettbewerbe kein Streichresultat.
+ Die ersten 3 Mannschaften erhalten Sachpreise.

Je 3 Läufer oder Läuferinnen eines Vereins bilden eine Mannschaft.
Die Mannschaftswertung erfolgt durch Punkteaddition aus allen **16** Läufen.
Die besten 3 Läufer/-innen eines Vereins bilden Mannschaft 1, die nächsten 3
Läufer die Mannschaft 2 usw. Wer die meisten Punkte hat ist Sieger.

