



Bootshaus: Johannesstrasse 51

RUDER GESELLSCHAFT LAHNSTEIN

1922 eV. Internet: <http://www.rg-lahnstein.de>

Ausschreibung zum SÜWAG - Crosslauf



1. Lauf zur Crosslauf-Serie des Ruderverbandes Rheinland 2018/2019

Sonntag, den 18. November 2018 in Lahnstein

Zeit	Laufnr.	Laufbezeichnung	Altersklasse	Streckenlänge
------	---------	-----------------	--------------	---------------

11:00 Uhr	1	Minis	JuM, Jhg. 2009 und jünger	1000 m 1 Rd.
-----------	---	-------	---------------------------	--------------

11:15 Uhr	2	Jungen B	Jhg. 2007-2008	2000 m 2 Rd.
11:15 Uhr	3	Mädchen B	Jhg. 2007-2008	2000 m 2 Rd.
11:15 Uhr	4	Jungen A	Jhg. 2005-2006	2000 m 2 Rd.
11:15 Uhr	5	Mädchen A	Jhg. 2005-2006	2000 m 2 Rd.

11:35 Uhr	6	Juniorinnen B	Jhg. 2003-2004	4000 m 4 Rd.
11:35 Uhr	7a	Frauen, MA 27	Jhg. 1984-1992	4000 m 4 Rd.
11:35 Uhr	7b	Frauen, MA 36	Jhg. 1977-1983	4000 m 4 Rd.
11:35 Uhr	7c	Frauen, MA 43	Jhg. 1970-1976	4000 m 4 Rd.
11:35 Uhr	7d	Frauen, MA 50	Jhg. 1965-1969	4000 m 4 Rd.
11:35 Uhr	7e	Frauen, MA 55	Jhg. 1960-1964	4000 m 4 Rd.
11:35 Uhr	7f	Frauen, MA 60	Jhg. 1955-1959	4000 m 4 Rd.
11:35 Uhr	7g	Frauen, MA 65	Jhg. 1950-1954	4000 m 4 Rd.
11:35 Uhr	7h	Frauen, MA 70	Jhg. 1949-älter	4000 m 4 Rd.

12:15 Uhr	8	Junioren B	Jhg. 2003-2004	5000 m 5 Rd.
12:15 Uhr	9a	Männer, MA 27	Jhg. 1984-1992	5000 m 5 Rd.
12:15 Uhr	9b	Männer, MA 36	Jhg. 1977-1983	5000 m 5 Rd.
12:15 Uhr	9c	Männer, MA 43	Jhg. 1970-1976	5000 m 5 Rd.
12:15 Uhr	9d	Männer, MA 50	Jhg. 1965-1969	5000 m 5 Rd.
12:15 Uhr	9e	Männer, MA 55	Jhg. 1960-1964	5000 m 5 Rd.
12:15 Uhr	9f	Männer, MA 60	Jhg. 1955-1959	5000 m 5 Rd.
12:15 Uhr	9g	Männer, MA 65	Jhg. 1950-1954	5000 m 5 Rd.
12:15 Uhr	9h	Männer, MA 70	Jhg. 1949-älter	5000 m 5 Rd.

13:00 Uhr	10	Junioren A	Jhg. 2001-2002	6000 m 6 Rd.
13:00 Uhr	11	Juniorinnen A	Jhg. 2001-2002	6000 m 6 Rd.
13:00 Uhr	12	Frauen	offene Klasse	6000 m 6 Rd.
13:00 Uhr	13	Männer	offene Klasse	6000 m 6 Rd.

13:50 Uhr	14	Vereinsstaffel		1000m je Teilnehmer
-----------	----	----------------	--	---------------------



Bootshaus: Johannesstrasse 51

RUDER GESELLSCHAFT LAHNSTEIN

1922 eV. Internet: <http://www.rg-lahnstein.de>

Es gelten folgende Wettkampfbestimmungen:

1. Die Teilnehmer/innen müssen über ihrem Verein dem DRV angehören, was durch die Meldung seitens des Vereins bestätigt wird.
2. Meldungen bitte über die Website <http://www.ruderverband-rheinland.de/>, oder als Excel-Dokument an: trainingsleiter@rg-lahnstein.de abgeben.
3. **Meldeschluss ist am Mittwoch, 14. November 2018, 18:00 Uhr.** Später eingehende Meldungen müssen als Nachmeldungen angesehen werden. Nachmeldungen sind auch am Wettkampftag noch bis 1 Std. vor dem Start möglich; (Nachmeldegebühr 6,00 €).
4. Das Meldegeld pro gemeldeter/m Teilnehmer/in beträgt € 3,00 und ist am Wettkampftag bar zu entrichten.
5. Jeder Teilnehmer erhält eine Startnummer, die gut sichtbar befestigt werden muss.
6. Zu sämtlichen Lauf-Wettbewerben erfolgen eine Einzel- und eine Mannschaftswertung, letztere nur, wenn drei Teilnehmerinnen oder Teilnehmer eines Vereins in dem jeweiligen Lauf das Ziel erreicht haben.
7. Die Mannschaftswertung erfolgt in der Reihenfolge des Einlaufs, das heißt die drei zuerst eintreffenden Teilnehmerinnen bzw. Teilnehmer eines Vereins in einem Lauf stellen die erste Mannschaft, die drei nächsten die zweite usw.
8. Für die Mannschaftswertung werden die Läufe 7 a-h und 9 a-h als ein Lauf gewertet.
9. Für die teilnehmenden Läufer aus Vereinen des Ruderverbands Rheinland gilt folgende Punktwertung:
 - für jede/n Läufer/in im Ziel einen Punkt;
 - Einzelwertung:

1. Platz	6 Punkte,
2. Platz	5 Punkte,
usw. bis zu	
6. Platz	1 Punkt
 - Mannschaftswertung:

1. Platz	9 Punkte,
2. Platz	6 Punkte,
3. Platz	3 Punkte
 - Staffelteilnahme:

1. Platz	20 Punkte,
2. Platz	15 Punkte,
3. Platz	10 Punkte
10. Staffel: Jeder Verein kann eine Staffelmannschaft stellen, die sich aus jeweils zwei männlichen und zwei weiblichen Teilnehmern aus vier unterschiedlichen Altersklassen (Jung/Mäd, JM/JF B, JM/JF A, offene Klasse) zusammen setzt.
11. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Start und Ziel befinden sich am Bootshaus der Rudergesellschaft Lahnstein. Gelaufen wird auf einem asphaltierten 1000m Rundkurs an der Lahnmündung. Dieser kann für die Veranstaltung leider für Fußgänger und Radfahrer **nicht** gesperrt werden.

Für kostengünstige warme und kalte Speisen und Getränke ist gesorgt!

Der Vorstand des Ruderverbandes Rheinland hat auf seiner Sitzung beschlossen, auch für die Crosslaufserie 2018/2019 folgende Geldpreise zusätzlich zum Wanderpokal auszuschreiben:

200 Euro für den Verein mit den meisten Meldungen über alle Läufe

200 Euro für den Verein mit den meisten Punkten je Teilnehmer
(mindestens 5 Meldungen für die Teilnahme erforderlich)

200 Euro für den Gesamtsieger der Laufserie 2018/2019

