

Läufer – Cup 2012



SG Zons - Leichtathletik

Läufer - Cup 2012

Der Läufer-Cup ist ein Angebot an alle aktiven Läuferinnen und Läufer der Leichtathletikabteilung der SG Zons, unabhängig ob Anfänger oder leistungsorientierter Läufer. **Jeder kann teilnehmen.**

Da die Anzahl der angebotenen Strecken und Läufe die Zahl der derjenigen übersteigt, die nachher gewertet werden, kann sich jeder die Strecken herausuchen, die ihm liegen. Im Vordergrund steht die gemeinsame Teilnahme an Laufveranstaltungen und natürlich auch den individuellen, gesunden Ehrgeiz zu wecken.

Beim Kampf um die Punkte wünsche ich Euch viel Spaß und Erfolg.

Ralf Hille

Austragungsmodus : In die Wertung für den Läufer-Cup können max. 11 Ergebnisse aus verschiedenen Wettkämpfen einfließen. Diese Wettkämpfe unterteilen sich in sogenannte **Wertungsstrecken** und **Wertungsläufe**. Die besten 7 Ergebnisse kommen in die Wertung. Somit ist keiner verpflichtet an allen Wettkämpfen teilzunehmen. Wurden mehr als 7 Ergebnisse erzielt, so werden die schlechtesten gestrichen. (s. Beispiel)

Um in die Endwertung zu gelangen, müssen **mindestens 3 Wettkämpfe** bestritten werden.

Wertungsstrecken : Bei den Wertungsstrecken handelt es sich um 7 verschiedene Distanzen. Die jeweils in diesem Jahr (1.1. bis 31.12.2012) erzielte **Bestzeit** auf diesen Strecken kommt in die Wertung.

Straße: 5 km, 10 km, 15 km, 21,1 km, 42,2 km
Bahn: 3.000 m, 5.000 m

Die Straßenzeiten müssen entweder im Rahmen DLV-genehmigter Straßenläufe, oder bei DLV-genehmigten Volksläufen, wo in der Ausschreibung explizit auf eine "exakt vermessene Strecke" hingewiesen wird, erzielt werden.

Läufer - Cup 2012

Wertungsläufe : Als Wertungsläufe wurden 4 verschiedene Veranstaltungen festgelegt. Da der Besuch dieser Laufveranstaltungen möglichst den Charakter einer Vereinsfahrt haben sollte, werden die dort erzielten Zeiten mit einem **Bonus von 3%** versehen. Das heißt z.B.: aus 40:00 min über 10 km werden 38:48 min.

Folgende Wettkämpfe wurden für 2012 ausgesucht:

17.03.2012	Rodenkirchen	5 / 21,1 km
01.06.2012	Monheim	10 km
24.06.2012	Mönchengladbach-Rheydt	5 / 10 km
03.11.2012	Essen-Kettwig	5 / 10 km

Ergebnisauswertung : Die erzielten Zeiten werden wie gewohnt auf der Basis entsprechender Tabellen des DLV und von M. Steffny in Punkte umgerechnet.

Es wird je eine Wertung für Männer und Frauen durchgeführt.

Zu beachten ist der Altersklassenbonus. Um auch den Leistungen der Altersklassenläufer gerecht zu werden, wird jede Laufzeit ab M/W 35 mit einem Faktor versehen. Dieser Faktor wertet die Zeiten in gleichem Maße auf, wie die durchschnittlichen Altersklassenbestzeiten abnehmen.

Somit sind alle Zeiten vergleichbar !!!

Auszeichnungen : Für alle Teilnehmer stehen wie immer Preise zur Verfügung. Die Siegerehrung findet dann im Januar 2013 statt.

Endauswertung : Bitte übermittelt mir bis zum **31.12.2012** Eure Bestzeiten und die Ergebnisse der Wertungsläufe. Ich werde Ende des Jahres ein entsprechendes Formular versenden.

Ich kann nur die Zeiten werten, die von euch abgegeben wurden!!!

Eine Zwischenwertung findet nicht statt.

Ergebnisse können wie folgt abgegeben werden:

schriftlich / tel.: Ralf Hille Dormagen Stettiner Str. 31 Tel.: 3874
per E-Mail: ralf@familiehille.de

SG Zons - Leichtathletikabteilung

 Läufer - Cup 2012

Beispiel : Ein Läufer erzielt in 2012 folgende persönliche **Bestzeiten** und somit die entsprechenden Punkte :

		Strecke		Zeit		Punkte	Rangfolge
Bahn	:	3.000 m	:	10:26		486	5.
		5.000 m	:	18:32		461	7.
Straße	:	5 km	:	18:12		491	4.
		10 km	:	38:12		507	3.
		15 km	:	58:40		518	2.
		21,1 km	:	1:30:37		425	./.

Ferner nahm er an 3 von 4 angebotenen **Wertungsläufen** teil:

Ort		Strecke		Zeit	Bonus	Punkte	Rang
Rodenkirchen	:	21,1 km	:	1:33:18	1:30:30	469	6.
Monheim	:	10 km	:	41:30	40:15	426	./.
Essen-Kettwig	:	5 km	:	18:12	17:39	540	1.

- Die in Rodenkirchen erzielte 21,1 km - Zeit ist gleichzeitig die Jahresbestzeit und wird somit zusätzlich bei den Wertungsstrecken gewertet!
- Die 21,1 km Bestzeit und die 10 km in Monheim werden gestrichen, da nur die besten 7 Zeiten von den 9 Ergebnissen in die Wertung kommen.

Die bisherigen Sieger:

1993	Harth, Ulrich	2.737	Haack, Beate	(221)
1994	Maleschka, Axel	2.713	Meirose, Martina	2.310
1995	Haack, Matthias	3.252	Heising, Ulrike	3.635
1996	Haack, Matthias	4.709	Dase, Marga	4.393
1997	Haack, Matthias	4.424	Dase, Marga	5.458
1998	Haack, Matthias	4.950	Heising, Ulrike	4.525
1999	Haack, Matthias	4.679	Dase, Marga	6.011
2000	Czerwon, Alfred	4.287	Dase, Marga	5.903
2001	Alban, Michael	4.521	Dase, Marga	5.435
2002	Czerwon, Alfred	3.312	Hahn, Petra	6.280
2003	Haack, Matthias	4.544	Ciaglia, Silke	5.248
2004	Czerwon, Alfred	3.859	Ciaglia, Silke	2.668 (neue Punkttab.)
2005	Alban, Michael	4.385	Ciaglia, Silke	3.283
2006	Ciaglia, Benno	3.603	Rentergent, Carola	3.929
2007	Haack, Matthias	3.487	Rentergent, Carola	3.810
2008	Czerwon, Alfred	3.577	Rentergent, Carola	4.057
2009	Haack, Matthias	3.932	Rentergent, Carola	3.666
2010	Hofstadt, Klaus-Peter	3.145	Rentergent, Carola	4.239
2011	Hille, Ralf	3.249	Rentergent, Carola	4.398

28.04.2012 : Vereinsmeisterschaften 10.000 m in Moers !

24.08.2012 : Bahnserie in Zons:

 SG Zons - Leichtathletikabteilung
