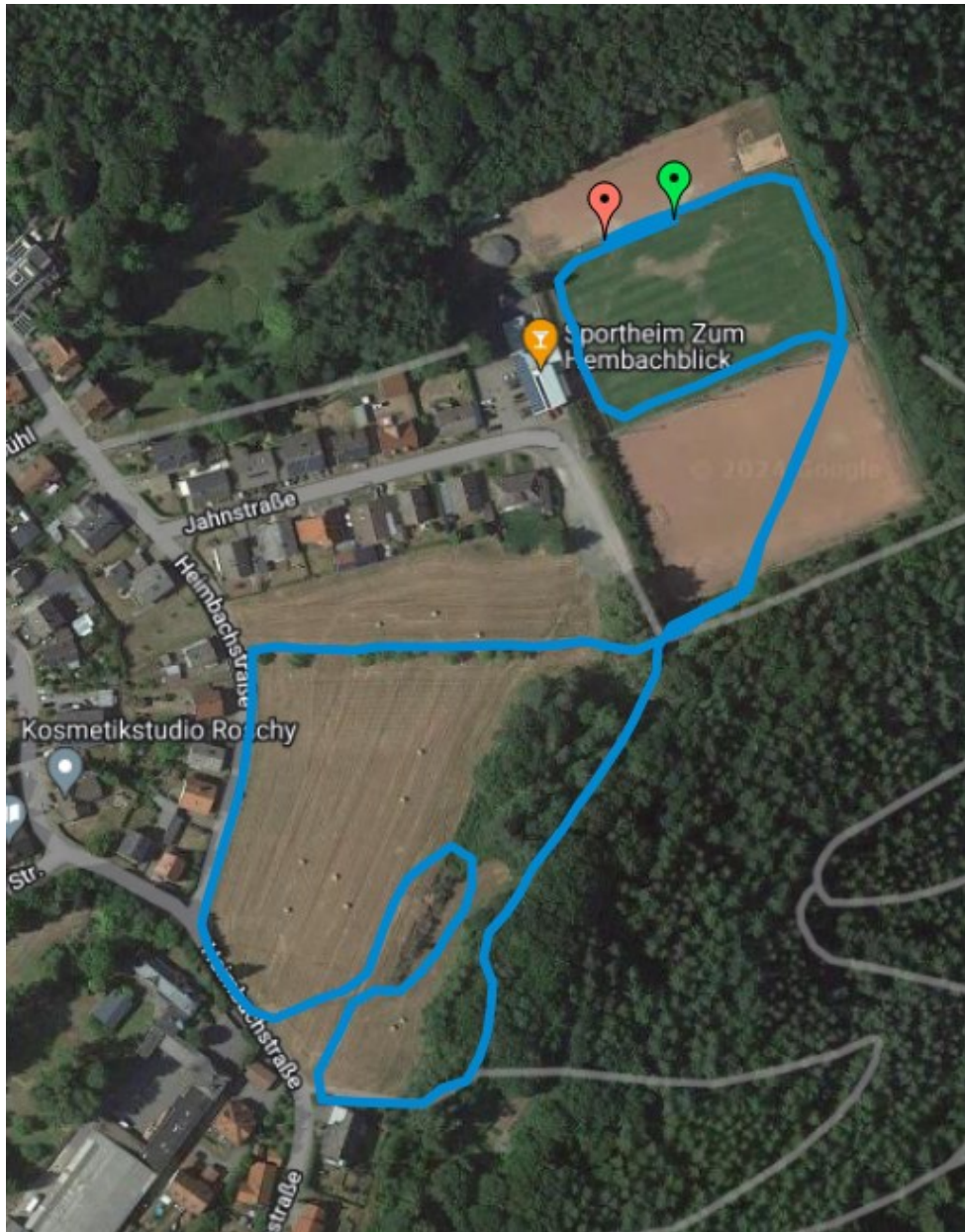


## Streckenverlauf:



# HOLZLAND-CROSSLAUF mit PFALZ-CROSSLAUF- Meisterschaften 2024

Aktive, Senioren, U20, U18, U16, U14 und  
LAUFLADENCUP-Wertung  
(nur Langstrecke)



**Wann:** Donnerstag, 03. Oktober 2024  
10.<sup>00</sup> Uhr (Tag der Deutschen Einheit)

**Wo:** 67716 Heltersberg, Jahnstr. 13,  
Sportgelände TuS 06 Heltersberg

**Meldeschluss Pfalz-Crosslauf-Meisterschaft:**  
19. September 2024 über LANet3  
Die Wertung ist nur bei Anmeldung über LANet möglich.

**Meldungen Jedermann:**  
per Mail an [dkriegshaeuser@web.de](mailto:dkriegshaeuser@web.de)

Die Läufe sind für jedermann offen. Nachmeldungen sind vor Ort bis 60 min vor Start möglich!

### Laufstrecke:

Die Strecke besteht aus Grasboden, kurzen Waldpassagen und kann mit Spikes gelaufen werden. Auf der Rundenlänge von 1.530 m gibt es nur geringe Höhenunterschiede. Die Strecke wurde geringfügig geändert.

### Wettbewerbe:

- 10:00 Uhr** **Pfalzmeisterschaften Mittelstrecke**  
*Männer / Frauen / Senioren / Seniorinnen*  
ca. **4.590 m** (3 Runden)
- 10:40 Uhr** **Bambinilauf**  
*(Jahrgang 2018 und jünger)* ca. **150 m**
- 10:50 Uhr** **Pfalzmeisterschaften U14 + U16**  
*(Einzelwertung Jahrgangsweise)*  
ca. **3.060 m** (2 Runden)
- 11:15 Uhr** **Pfalzmeisterschaften U18 + U20**  
ca. **3.060 m** (2 Runden)
- 11:40 Uhr** **Schülerlauf**  
*(Jahrgang 2010 und jünger)*  
ca. **1.530 m** (1 Runde)
- 12:00 Uhr** **Pfalzmeisterschaften Langstrecke**  
*Männer / Frauen / Senioren / Seniorinnen*  
ca. **9.180 m** (6 Runden)

### Meldegebühren:

Männer/Frauen/Senioren	€ 7,00	Doppelstarter	€ 10,00
Jugend	€ 4,00	Schüler	€ 2,00

### Teilnahmerecht:

An den Pfalzmeisterschaften sind nur Mitglieder der dem LVP angeschlossenen Vereine und Laufgemeinschaften (LG) teilnahmeberechtigt. Sie müssen ein gültiges Startrecht besitzen und in der Startrechtsdatei des LVP eingetragen sein.

### Wettbewerbe:

Männer, Frauen  
Senioren, Seniorinnen ab M/W30 bis M/W85 (im 5-Jahresrhythmus)  
MJU20/WJU20, MJU18/WJU18, MJU16/WJU16, MJU14/WJU14

### Mannschaftswertungen:

3 Teilnehmer erfolgen in den Aktiven- und Jugendklassen. Senioren werden in den Altersklassen M30-M39, M40-49, M50-59, M60 +, Seniorinnen analog Jugend werden nur in ihrer Altersklasse gewertet. Es müssen mindestens 2 Mannschaften in der ausgeschriebenen AK in die Wertung gelangen. Die Platzierungen in der Einzel- und Mannschaftswertung erfolgen ausschließlich nach Bruttozeiten. Ein/e Läufer/-in kann nur in einer Mannschaft gewertet werden

### Platzierungen:

Zur besseren Ermittlung der Einlaufreihenfolge wird ein Einlaufkanal eingerichtet. Die Platzierung eines Läufers/in wird mit Beginn des Einlaufkanals ermittelt. Ein Überholen im Einlaufkanal ist nicht erlaubt (unabhängig von dessen Breite) und führt zur Disqualifikation.

### Auszeichnungen:

Als Auszeichnung erhalten die ersten drei Teilnehmer Urkunden. Die Sieger in den Männer- und Frauenklassen (Mittel- und Langstrecke) erhalten den Titel „Pfalzmeister/-in 2024 und den Meister-Wimpel. In den Jugendklassen erhalten die Sieger den Titel „Pfalz-Jugendmeister /-in 2024,.. Dies gilt auch für die Mannschaftswertungen. Senioren/-innen erhalten den Titel „Senioren/-innenmeister 2024 in der jeweiligen AK. Meisterschaftswimpel werden bei den Senioren/-innen nicht vergeben.

### Siegerehrung:

Die Siegerehrungen finden schnellstmöglich nach Beendigung der einzelnen Läufe statt.