



Bootshaus: Johannesstrasse 51

**RUDER GESELLSCHAFT LAHNSTEIN**

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

## Ausschreibung

### 1. Lauf zur Crosslauf-Serie des Ruderverbandes Rheinland 2009/2010

Sonntag den 08. November 2009 in Lahnstein

Zeit	Laufnr.	Laufbezeichnung	Altersklasse	Streckenlänge
11:00 Uhr	1	Minis	JuM, Jhg. 2000 und jünger	1000 m 1 Rd.
11:15 Uhr	2	Jungen B	Jhg. 1998-99	2000 m 2 Rd.
11:15 Uhr	3	Mädchen B	Jhg. 1998-99	2000 m 2 Rd.
11:15 Uhr	4	Jungen A	Jhg. 1996-97	2000 m 2 Rd.
11:15 Uhr	5	Mädchen A	Jhg. 1996-97	2000 m 2 Rd.
11:35 Uhr	6	Juniorinnen B	Jhg. 1994-95	5000 m 5 Rd.
11:35 Uhr	7a	Frauen, MA 27	Jhg. 1975-83	5000 m 5 Rd.
11:35 Uhr	7b	Frauen, MA 36	Jhg. 1968-74	5000 m 5 Rd.
11:35 Uhr	7c	Frauen, MA 43	Jhg. 1961-67	5000 m 5 Rd.
11:35 Uhr	7d	Frauen, MA 50	Jhg. 1956-60	5000 m 5 Rd.
11:35 Uhr	7e	Frauen, MA 55	Jhg. 1951-55	5000 m 5 Rd.
11:35 Uhr	7f	Frauen, MA 60	Jhg. 1946-50	5000 m 5 Rd.
11:35 Uhr	7g	Frauen, MA 65	Jhg. 1941-45	5000 m 5 Rd.
11:35 Uhr	7h	Frauen, MA 70	Jhg. 1940-älter	5000 m 5 Rd.
12:15 Uhr	8	Junioren B	Jhg. 1994-95	5000 m 5 Rd.
12:15 Uhr	9a	Männer, MA 27	Jhg. 1975-83	5000 m 5 Rd.
12:15 Uhr	9b	Männer, MA 36	Jhg. 1968-74	5000 m 5 Rd.
12:15 Uhr	9c	Männer, MA 43	Jhg. 1961-67	5000 m 5 Rd.
12:15 Uhr	9d	Männer, MA 50	Jhg. 1956-60	5000 m 5 Rd.
12:15 Uhr	9e	Männer, MA 55	Jhg. 1951-55	5000 m 5 Rd.
12:15 Uhr	9f	Männer, MA 60	Jhg. 1946-50	5000 m 5 Rd.
12:15 Uhr	9g	Männer, MA 65	Jhg. 1941-45	5000 m 5 Rd.
12:15 Uhr	9h	Männer, MA 70	Jhg. 1940-älter	5000 m 5 Rd.
13:00 Uhr	10	Junioren A	Jhg. 1992-93	6000 m 6 Rd.
13:00 Uhr	11	Juniorinnen A	Jhg. 1992-93	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

## 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/> abgeben.
3. **Meldeschluss ist am Mittwoch, 04 November 2009, 18:00 Uhr.** Später eingehende Meldungen müssen als Nachmeldungen angesehen werden.  
Nachmeldungen sind auch am Wettkampftag noch bis 1 Std. vor 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 erfolgt 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.
10. Staffel: Jeder Verein kann eine Staffelmannschaft stellen, die sich aus jeweils zwei männlichen und weiblichen Teilnehmern aus unterschiedlichen Altersklassen 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!**