



## 12. Wertungslauf "Pilz-Cup 2009"

### 37. St. Martin - Crosslauf

01. November 2009 - Bingen

#### 12. PILZ-CUP-Lauf Jugend/Erwachsene 8. PILZ-CUP-Lauf Schüler/innen

##### Ausrichter:

Leichtathletik-Club Bingen e.V.

##### Start und Ziel:

Bingen - Rochusberg, am Jahnsportplatz.  
Von der Innenstadt aus Beschilderung in  
Richtung Rochusberg folgen.

##### Wettkampfbüro:

Startnummernausgabe bei START+ZIEL.

##### Zeitplan und Wettbewerbe:

|                      |   |
|----------------------|---|
| 11.00 Uhr - 1.450 m  | Schüler M/W-8 bis 11  |
| 11.15 Uhr - 1.450 m  | Schüler M/W-12 bis 15   |
| 11.30 Uhr - 4.350 m  | M/WJ A und B<br>Junioren /Juniorinnen<br>Männer / Frauen<br>Senioren / Seniorinnen<br>M/W 30 u. älter |
| 12.30 Uhr - 10.150 m | Junioren /Juniorinnen<br>Männer / Frauen<br>Senioren / Seniorinnen<br>M/W 30 u. älter                 |

Gemeinsamer Start, aber getrennte Wertung;  
bei gemeinsam gestarteten Läufen kann ein  
Teilnehmer nur in einer Klasse gewertet  
werden.

##### Wertungen:

In allen Wettbewerben werden Einzel- und  
Mannschaftswertungen durchgeführt.

Senioren- Mannschaftswertung:  
(3 Teilnehmer / Mannschaft)

Mannschaftswertungen erfolgen nach den  
Einlauf- Platzierungen.

##### Streckenbeschreibung:

1.450 m ist 1 Runde.  
4.350 m sind 3 Runden.  
10.150 m sind 7 Runden.

Waldwege- und Geländestrecken, mit geringen  
Höhendifferenzen.

In frostfreien Zustand können Spikes benutzt  
werden.

##### Auszeichnungen:

Ehrenpreise und Urkunden  
für Einzelsieger Platz 1 bis 6,  
Mannschaften Platz 1 bis 3.

##### Meldungen an:

Joachim Krüger  
Leipzigstr.15  
D-55411 Bingen

siehe: [www.lc-bingen.de](http://www.lc-bingen.de)

##### Meldeschluss:

30. Oktober 2009 (Posteingang)

##### Startgeld:

|                |          |
|----------------|----------|
| Frauen, Männer | EUR 5,50 |
| Jugend         | EUR 4,50 |
| Schüler/innen  | EUR 3,50 |

**Der LC Bingen freut sich auf ihren Besuch  
und wünscht jetzt schon viel sportlichen  
Erfolg.**

