Nordrhein Crossmeisterschaften 2024

am 9. November 2024 in Köln

Veranstalter	**Leichtathletik-Verband Nordrhein e.V.**
Ausrichter	**LVN-Region Südost**
Örtlicher Ausrichter	**TuS Köln rrh. e.V.**
Austragungsort	**Sportpark Höhenberg und Merheimer Heide, Günter-Kuxdorf-Weg 2, 51103 Köln**

Meisterschaftswettbewerbe / Zeitplanung

Lauf	Uhrzeit	Klassen	Streckenlänge	Streckenführung
1	11:00	Weibliche Jugend U14 **Lauf des Nordrhein Cross Cup**	ca.. 2.000m	2 x Gelb (B)
2	11:10	Männliche Jugend U14 **Lauf des Nordrhein Cross Cup**	ca.. 2.000m	2 x Gelb (B)
3	11:20	Weibliche Jugend U16 **Lauf des Nordrhein Cross Cup**	ca. 2.500m	1 x Blau (A) + 2 x Gelb (B)
4	11:35	Männliche Jugend U16 **Lauf des Nordrhein Cross Cup**	ca. 2.500m	1 x Blau (A) + 2 x Gelb (B)
5	11:50	WJ U18, WJ U20, W50 bis W80	ca. 3.500m	2 x Gelb (B) + 1 x Rot (C)
6	12:10	MJ U18, Männer Mittelstrecke	ca. 3.500m	2 x Gelb (B) + 1 x Rot (C)
7	12:25	M50 bis M80	ca. 3.500m	2 x Gelb (B) + 1 x Rot (C)
8	12:45	MJU18, MJU20, Männer **(Lauf 1)**	ca. 1.000m	1 x Gelb (B)
9	12:55	WJU18, WJU20, Frauen **(Lauf 1)**	ca. 1.000m	1 x Gelb (B)
A	13:05	WJU8, MJU8 *(Rahmenprogramm)*	ca. 500m	1 x Blau (A)
B	13:15	WJU10, MJU10 *(Rahmenprogramm)*	ca. 1.000m	1 x Gelb (B)
C	13:25	Weibliche U12 *(Rahmenprogramm)*	ca. 1.500m	1 x Blau (A) + 1 x Gelb (B)
D	13:35	Männliche U12 *(Rahmenprogramm)*	ca. 1.500m	1 x Blau (A) + 1 x Gelb (B)
	13:45	Männer Langstrecke	ca. 8.000m	1 x Blau (A) + 5 x Rot (C)
10	13:45	Junioren U23	ca. 6.500m	1 x Blau (A) + 4 x Rot (C)
	13:45	MJ U20, M30 – M45, WU23, Frauen, W30 – W45	ca. 5.000m	1 x Blau (A) + 3 x Rot (C)
11	14:25	MJU18, MJU20, Männer **(Lauf 2)**	ca. 1.000m	1 x Gelb (B)
12	14:35	WJU18, WJU20, Frauen **(Lauf 2)**	ca. 1.000m	1 x Gelb (B)

Speed Cross

Im Speed Cross werden die Zeiten aus beiden Läufen addiert und daraus werden die Sieger ermittelt. Bei Gleichstand wird der Athlet mit der besseren Einzelzeit der bessere Platz vergeben.

Wertungen in LVN-Meisterschaftswertung

Es erfolgen Einzelwertungen in folgenden Klassen:

M12, M13, M14, M15, MJ U18, MJ U20, Junioren U23, Männer

Senioren M30, M35, M40, M45, M50, M55, M60, M65, M70, M75, M80

W12, W13, W14, W15, WJ U18, WJ U20, Juniorinnen U23, Frauen

Seniorinnen W30, W35, W40, W45, W50, W55, W60, W65, W70, W75, W80

Bei den Mannschaftswertungen wird wie folgt verfahren:

Je drei Läufer eines Vereins oder einer LG werden innerhalb der gemeldeten Wettkampfklasse in der Reihenfolge des Zieleinlaufs durch Addition der Platzziffern als Mannschaft gewertet.

Es erfolgt eine Mannschaftswertung in folgenden Klassen:

MJ U14, MJ U16, MJ U18, MJ U20, Männer/U23,

Senioren M30/35/40/45, M50/55/60, M65 – M80

WJ U14, WJ U16, WJ U18, WJ U20, Frauen/U23,

Seniorinnen W30/35/40/45, W50/55/60, W65 – W80

Bei Punktgleichheit von Mannschaften nimmt die Mannschaft den besseren Rang ein, die den besseren drittplatzierten Läufer hat.

Streckenbeschreibung

Die Strecke besteht aus Wiesenflächen und Waldböden und ist durchweg mit Spikeschuhen zu belaufen. Es werden Spikes mit einer Dornenlänge von 9-15 mm empfohlen.

Des Weiteren stehen 3 Runden mit unterschiedlicher Länge und Anzahl der Anstiege bereit. Dem Zeitplan sind die Runden pro Wettbewerb zu entnehmen.

Wettkampfunterlagen

Die Ausgabe der Wettkampfunterlagen erfolgt am Samstag ab 09.30 Uhr am Vereinsgelände, Günter-Kuxdorf-Weg, Köln

Meldungen / Meldeschluss

Online Meldungen:	Bis Montag, 4. November 2024, 23:59 Uhr über LAnet3
Organisationsbeiträge:	Männer/Frauen + Senioren: 13,00 € / Jugendliche: 10,00 €

Jugendliche können gemäß den Übergangsbestimmungen (s. Allgemeine Ausschreibungs-bestimmungen) in mehreren Altersklassen gemeldet werden, dürfen aber am Veranstaltungstag nur in einer Altersklasse starten.

Siegerehrungen

Die Siegerehrungen finden ca. 30 Minuten nach Beendigung des jeweiligen Laufes statt.

Umkleideräume

Die Umkleiden und Duschen befinden sich wie das Wettkampfbüro auf dem Vereinsgelände des TuS Köln rrh.

Parkhinweise

Parkmöglichkeiten sind im Umfeld ausreichend vorhanden. Genauere Informationen erhalten Sie unter www.tuskoeln.de

Anmerkungen

In Notfällen (z.B. Stau bei der Anreise etc.) steht am Veranstaltungstag folgende Rufnummer zur Verfügung: 0173 – 59 53 794

Rahmenprogramm

Die Läufe A-D sind Rahmenprogramm dieser Meisterschaften.

Meldungen nehmen Sie bitte über Lanet3.de vor.

Organisationsgebühr: 5,00€

Nachmeldegebühr: + 2,00€

Die Meldegebühren werden den Vereinen im Nachgang in Rechnung gestellt.

Meldeadresse für Fragen: Ulrike.Fehr@lvnordrhein.de