

# 15. LCM Westerwaldcrosslauf

## Samstag, 05.11.2016



Ausrichter: Leichtathletik Club Mengerskirchen (LCM)  
 Wettkampfstätte: Sportzentrum Mengerskirchen  
 PLZ: 35794, Navigation: Zum Sportzentrum

Anmeldung: E-Mail: Daniel Kremer <Meldungen@LC-Mengerskirchen.de>  
 Post: Marianne Schermuly, Hohe Str. 19  
 35794 Mengerskirchen  
 Tel.: 06476 – 91 10 90  
 Fax: 06476 – 91 10 92

Meldeschluss: Do. 03.11.2016  
 Nachmeldung: Am Wettkampftag bis 1 Stunde vor Wettkampfbeginn (+ 2 Euro)  
 Ergebnisse: Ergebnisse werden unmittelbar nach der Veranstaltung im Internet unter <http://www.lc-mengerskirchen.de> veröffentlicht.

**+++ Neu +++: 1. Wertungslauf für 1. Westerwald-Cross-Cup (WCC)**  
 Serienwertung für alle Läufe ab U12  
 Termine WCC: 05.11.: Mengerskirchen – 19.11.: Eitelborn – 10.12.: Wallmerod

Duschen und Umkleidemöglichkeiten sind im Sportlerheim vorhanden. Der Veranstalter und Ausrichter übernimmt keine Haftung für Unfälle, Diebstähle oder sonstige Schäden. Alle Informationen finden Sie auch im Internet unter

<http://www.lc-mengerskirchen.de>

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

--- Zeitplan ---

Lauf	Start	Klasse	Jahrgang	Strecke
1. Lauf	13:00	Bambini - Crosslauf	2009 und jünger	500 m = 1 kleine Runde
2. Lauf	13:15	Männliche Jugend U18/U20	1997 – 2000	3.750m = 1 mittlere Runde + 3 große Runden
		Männer & Senioren	1996 und älter	
3. Lauf	13:30	WK U10 & MK U10	2007/2008	500m = 1 kleine. Runde
4. Lauf	13:45	WK U12 & MK U12	2005/2006	1.000m = 2 kleine. Runden
5. Lauf	14:00	WJ U14 & MJ U14	2003/2004	1.500m = 2 mittlere Runden
<i>Siegerehrungen Lauf 1 bis Lauf 4</i>				
6. Lauf	14:15	WJ U16 & MJ U16	2001/2002	2.250m = 3 mittlere Runden
7. Lauf	14:40	Weibliche Jugend U18/U20	1997 – 2000	2.750m = 1 mittlere Runde + 2 große Runden
		Frauen & Seniorinnen	1996 und älter	
8. Lauf	15:00	Männer & Senioren	1996 und älter	6.750m = 1 mittlere Runde + 6 große Runden
<i>Siegerehrungen Lauf 5 bis Lauf 7</i>				

Grün unterlegt sind die Wertungsläufe für den Westerwald-Cross-Cup (WCC)

Wertung: In allen Wettbewerben werden Einzelwertungen nach IWR und LAO durchgeführt. Es findet eine Mannschaftswertung statt. Für Teilnehmer aus dem Leichtathletik-Kreis Limburg-Weilburg erfolgt eine Kreismeisterschaftswertung.

Strecke: Kleine äußere Runde (ca. 500m), Mittlere Runde (ca. 750m), große Runde (ca. 1.000m). Die Strecke führt nur über Wiese bzw. Wiesenwege und ist komplett einsehbar.

Startnummern: Die Ausgabe der Startunterlagen erfolgt ab 12:00 Uhr im Sportlerheim Mengerskirchen.

Startgebühren: Männer, Frauen: 4 Euro  
 Jugend: 3 Euro  
 SchülerInnen: 2 Euro

