

# Pfalz-Crosslaufmeisterschaften 2024

Männer, Frauen, Senioren, Seniorinnen,

Jugend U 20, U 18, U16, U14

am Donnerstag, den 03.10.2022, (Tag d. Dt. Einheit)

(im Rahmen des Holzland-Cross)



Stand 21.08.2024

**Veranstalter:** TuS 06 Heltersberg

**Austragungsort:** 67716 Heltersberg, Jahnstr. 13, Sportgelände

**Beginn:** **Donnerstag, den 03.10.2024, 10.00 Uhr (Tag d. Dt. Einheit)**

**Meldeschluss:** Mittwoch, den 18. September 2024, über LaNet

## **Bestimmungen:**

- Es gelten die „Internationalen Wettkampffregeln (IWR) einschl. der Nationalen Bestimmungen“, die „Deutsche Leichtathletikordnung (DLO)“ in der jeweils gültigen Fassung und die „Allgemeinen Ausschreibungsbestimmungen für Pfalzmeisterschaften 2024.“
- Für die Altersklassen U16 und U14 erfolgt die Einzelwertung getrennt nach Jahrgängen. Die Übergangsbestimmungen innerhalb der Altersklassen gem. § 8 der DLO sind zu beachten.
- Jugendliche U16 und U14 dürfen nur am 2. Lauf (ca. 3060 m) teilnehmen

**Mannschaftswertungen:** werden nicht durchgeführt

**Wettbewerbe:** **10:00 Uhr** Pfalzmeisterschaft Mittelstrecke (ca. 4590 m / 3 Runden)

Männer/Frauen/Senioren/Seniorinnen

**10:50 Uhr** Pfalzmeisterschaft U14 + U16 (ca. 3060 m / 2 Runden)

(Einzelwertung Jahrgangsweise)

**11:15 Uhr** Pfalzmeisterschaft U20 +U18 (ca. 3060m / 2 Runden)

**12:00 Uhr** Langstrecke (ca.9180 m 6 Runden)

Männer/Frauen/Senioren/Seniorinnen

Die Rundenlänge beträgt ca. 1530 m. Die Strecke besteht überwiegend aus Grasboden mit kurzem Waldboden und geringem Höhenunterschied. Sie kann durchgehend mit Spikes gelaufen werden