

Rheinland-Pfalz-Meisterschaften

Crosslauf

Termin:	Samstag, 15. November 2025
Ort:	56288 Laubach/Hunsrück, Simmernerstraße 5 Gemeindehaus
Veranstalter:	ARGE der Leichtathletik-Verbände in Rheinland-Pfalz
Ausrichter:	Leichtathletik-Verband Rheinhausen-Rheinland
örtlicher Ausrichter:	Hunsrück Marathon e.V.
Meldungen über:	LADV: https://ladv.de/ Pfalz über lanet3.de an den eigenen Landesverband
Meldeschluss:	Sonntag, 09. November 2025 – 23:59 Uhr (Eingang)

Informationen zum Teilnahmerecht, Startgebühren, Nachmeldungen usw. finden Sie in den Allgemeinen Teilnahmebestimmungen für Rheinland-Pfalz Meisterschaften.

In Notfällen (z.B. Stau bei der Anreise) steht am Veranstaltungstag die Rufnummer 0177-7976498 zur Verfügung.

Rheinland-Pfalz-Wertung (mit Medaille):

Einzel: Männer, Frauen, U23, U20, U18, M/W14/15, M/W 12/13

Mannschaft: Männer, Frauen, U23, U20, U18, U16, U14

zusätzliche Rheinland-Pfalz-Wertung (ohne Medaille):

Einzel: Senioren, Seniorinnen (M/W30 – M/W90)

Mannschaft: W/M30/35, W/M40/45, W50-W90, M50/55, M60/M65, M70-M90

Mannschaftswertung:

Die Mannschaftswertung erfolgt durch Addition der Einlaufplatzierungen. Bei Punktgleichheit zweier Mannschaften nimmt die Mannschaft den besseren Rang ein, die den besser platzierte/n dritte/n Läufer/in ins Ziel bringt. Eine Mannschaft besteht aus 3 Teilnehmer/innen.

Hinweis:

Bei gemeinsam gestarteten Läufen kann ein(e) Teilnehmer(in) nur in einer Klasse gewertet werden. Jugendliche dürfen nur einmal an den Start gehen. Es gibt keine Durchlaufwertung über alle Teilnehmer pro Lauf, es erfolgt nur die Wertung in der Altersklasse in der der Athlet gemeldet wurde.

Ausgabe der Startunterlagen: Dorfgemeinschaftshaus Laubach

Umkleide/Duschen: Dorfgemeinschaftshaus Laubach

Anfahrtsbeschreibung:

Aus Richtung Trier B327 bis Simmern, Richtung Laubach.

Aus Richtung Koblenz B327 Richtung Simmern.

BAB 61, Ausfahrt Laudert,

Richtung Kastellaun-Maisborn-Bubach



Strecken und Zeitplan:

Zeit	Klasse	Jahrgänge	Strecke	Runden
10:30	M50-M90	ab 1975	5430m	3 große Runden
11:20	Frauen Mittelstrecke, W U23, WJ U20, Seniorinnen W30-W90	ab 2007 (2008-2009 können hochstarten)	3620m	2 große Runden
11:50	Männer Mittelstrecke, M U23, MJ U20, MJ U18	ab 2009 (2010-2011 können hochstarten)	3620m	2 große Runden
12:15	Rahmenwettbewerb: Sprint-Cross Serie 1 U18 - M/W	ab 2009	770m	1 kleine Runde
12:30	Rahmenwettbewerb: MK und WK U12	2014-2015 (2016 nicht startberechtigt)	1540m	2 kleine Runden
12:45	WJU14	2012-2013 (2014 kann hochstarten)	1540m	2 kleine Runden
13:00	Rahmenwettbewerb: Sprint-Cross Serie 2 U18 - M/W	ab 2009	770m	1 kleine Runde
13:15	MJ U14	2012-2013 (2014 kann hochstarten)	1540m	2 kleine Runden
13:30	MJ U16	2010-2011 (2012 kann hochstarten)	2580m	1 kleine Runde, 1 große Runde
13:45	WJ U18, WJ U16	2008-2011 (2012 kann hochstarten)	2580m	1 kleine Runde, 1 große Runde
14:05	Frauen Langstrecke, M30-M45	männlich ab 1995; weiblich ab 2005 (2006-2009 können hochstarten)	7240m	4 große Runden
14:05	Männer Langstrecke	ab 2005 (2006-2007 können hochstarten)	9050m	5 große Runden

Beim Sprint-Cross erfolgt die Wertung durch Addition der Serie 1 und 2.

Streckenbeschreibung: kleine Runde 770m, große Runde 1810m. Wiesen- und Wirtschaftswege, je nach Wetterlage anspruchsvolle Strecken.