



## Volkslaufcup 2018

### Die Cupbedingungen sind:

- Die Punktbasis für jeden Lauf sind 900 Punkte.
- Dazu kommen die Bonuspunkte des Läufers, welche sich nach dem Alter richten. (internationale Richtlinien)

Klasse	Bonuspunkte	Jahrgänge		
M80	1100	1938	und	1926
M75	900	1943	bis	1939
M70	730	1948	bis	1944
M65	580	1953	bis	1949
M60	450	1958	bis	1954
M55	350	1963	bis	1959
M50	260	1968	bis	1964
M45	180	1973	bis	1969
M40	110	1978	bis	1974
M35	50	1983	bis	1979
M30	0	1988	bis	1984
M20	0	1993	und	u. jünger

- Abgezogen von dieser Summe, werden die Laufpunkte, welche sich folgendermaßen errechnen:
  - Die **Zeit des Vereinsschnellsten M / W** wird als **Richtzeit** genommen.
  - Die **Differenz der Laufzeit zu dieser Richtzeit** wird mit dem jeweiligen **Faktor** multipliziert.
  - **Pro Ergebnis gibt's mindestens 100 Punkte (keine Minuspunkte).**
- Die Punkte des Marathons erhält man aus der 10.000er Tabelle. Dabei dividiert man die Marathonzeit durch 5,1 (Halbmarathon durch 2,3)
- Die Bahnlaufpunkte erhält man aus den jeweiligen Tabellen.
- Gewertet werden die acht besten Läufe (inkl. Marathon, Bahn-Lauf und Halbmarathon nach Wahl).
- Der Volkslaufcup 2018 beginnt mit dem *Wolfgangseelauf 2017* und endet mit dem *Bahn/Berglauf 2018* mit anschließender Volkslaufcupsiegererehrung. Die Marathons, Halbmarathons und Bahnläufe in diesem Zeitraum werden gewertet.
- Die aktuelle Vereinsdress ist zu tragen (sonst keine Wertung).
- Da ich nicht alle Marathons, Halbmarathons und Bahnläufe nach Vereinsläufern durchsuchen kann, ist jeder verpflichtet seine Leistungen bei diesen Läufen selbst zu melden.
- Es gibt **keine** Startgelderückstattung  
Alle die an mindestens 8 Läufen teilgenommen haben, den Mitgliedsbeitrag bezahlt haben und an mindestens 2 LCAV Veranstaltungen geholfen haben bekommen ein Geschenk in Form von LCAV Utensilien.
- Wir hoffen in diesem Sinne auf einen verletzungsfreien, spannenden, fairen VOLKSLAUF CUP 2018

## Viel Erfolg wünschen Euch

**Jochen und Manuela**

Bitte benachrichtige mich unter: [waurisch.jochen@flashnet.at](mailto:waurisch.jochen@flashnet.at)  
Herzlichen Dank für die Unterstützung



**Lauftreff** – 2 x im Monat von April bis Oktober um 18:00    Treffpunkt - Stadion Vöcklabruck  
**Wintertraining** – Turnhalle BRG (bei HTL) – jeden Montag von 17:45 – ca.20:00

Datum	Lauf	Herren km	Faktor	Damen km	Faktor
15.10.2017	Wolfgangseelauf 2017	27	0,2	27	0,2
15.10.2017	Wolfgangseelauf 2017	10	1	10	1
15.10.2017	Wolfgangseelauf 2017	5,2	2	5,2	2
16.10.2017	Lauftreff mit VLC Stammtisch				
31.12.2017	Silvesterlauf Wels 2017	5	2	5	2
31.12.2017	Silvesterlauf Gmunden 2017	6,2	1,7	6,2	1,7
24.03.2018	Traunuferlauf Lambach	8,3	1,2	8,3	1,2
09.04.2018	Lauftreff mit VLC Stammtisch				
23.04.2018	Lauftreff mit VLC Stammtisch				
28.04.2018	Attnanger Stadtlauf	10	1	10	1
06.05.2018	Vöcklataler Volkslauf	12,2	0,8	12,2	0,8
07.05.2018	Lauftreff mit VLC Stammtisch				
09.05.2018	Laakirchner Papierlauf	7	1,6	5,25	1,9
12.05.2018	Hausruck-Challenge Geboltskirchen	26,2	0,2	26,2	0,2
12.05.2018	Hausruck-Challenge Geboltskirchen	6,6	1,65	6,6	1,65
27.05.2018	Schafberglauf	5,8	1,4	5,8	1,4
28.05.2018	Lauftreff mit VLC Stammtisch				
30.05.2018	Gmundner 5000er	5	2	5	2
10.06.2018	Katrin Berglauf	4,5	1,7	4,5	1,7
11.06.2018	Lauftreff mit VLC Stammtisch				
15.06.2018	Vöcklabrucker Stadtlauf	5,8	1,8	5,8	1,8
25.06.2018	Lauftreff mit VLC Stammtisch				
30.06.2018	Steinbacher Dorflauf	11	0,8	5,5	1,9
06.07.2018	Vöckla-Ufer-Lauf	8	1,4	8	1,4
09.07.2018	Lauftreff mit VLC Stammtisch				
21.07.2018	Zipfer Crosslauf	10,7	0,85	10,7	0,85
23.07.2018	Lauftreff mit VLC Stammtisch				
06.08.2018	Lauftreff mit VLC Stammtisch				
15.08.2018	Sickinger Rundlauf	9	1,1	9	1,1
20.08.2018	Lauftreff mit VLC Stammtisch				
01.09.2018	Frankenburger Würfelspiellauf	9,7	1,05	9,7	1,05
03.09.2018	Lauftreff mit VLC Stammtisch				
08.09.2018	Gamperner-Lauf	9	1,1	9	1,1
17.09.2018	Lauftreff mit VLC Stammtisch				
29.09.2018	Berglauf zum Dachsteinblick	4,2	2	4,2	2
01.10.2018	Lauftreff mit VLC Stammtisch				
13.10.2018	Bahn / Berg mit Volkslaufcup Siegerehrung	5 / 3,2	1	5 / 3,2	1
15.10.2018	Lauftreff mit VLC Stammtisch				