

LEX 
DIE LAUFEXPERTEN
DER LAUFLADEN



- Laufen
- Walking
- Wandern

Eisenbahnstr. 1a
67655 Kaiserslautern
0631 360 63 20
info@derlaufladen.de
www.derlaufladen.de



2022

**PFALZWERKE
GRUPPE**



Zum Pfälzer Berglauf-Pokal zählen die folgenden Bergläufe:
Donnersberglauf, Nanstein-Berglauf, Rockie-Mountain-Lauf, Rietburg-Berglauf
Bad Dürkheimer Berglauf, Potzberg-Berglauf, Kalmit-Berglauf

Pfälzer Berglauf-Pokal 2022: Reglement

- In die Wertung kommen die besten 4 Ergebnisse aus maximal 5 Bergläufen. Aus 4 Läufen ist insgesamt mindestens ein Punkt erforderlich.
- Wer nicht für seinen Stammverein, sondern für die Mannschaft einer Laufgemeinschaft startet, wird auch in der Einzelwertung nur mit den Ergebnissen gewertet, die er mit dieser LG erzielt. Ein Start für verschiedene LGs/Vereine ist nicht zulässig.
- Alle Teilnehmer an den genannten Läufen kommen automatisch in die Wertung.
- Die Wertung erfolgt nach Punkten, die für jeden Lauf wie folgt errechnet werden:
 $P = 550 - 250 \cdot t/t_{ds}$ (t = Laufzeit; t_{ds} = durchschnittl. Siegerzeit der letzten Jahre)
Nähere Informationen hierzu im Internet unter www.pfaelzer-berglaufpokal.de.
- Klasseneinteilung: 5er-Rhythmus nach DLO bis M/W85, Jugend U16 und U20.
- Mannschaftswertungen für Frauen und Männer (ohne AK): 4 Wertungen aus 5 Läufen durch Punkteaddition der jeweils 3 Schnellsten eines Vereins oder einer Laufgemeinschaft.
- Siegerehrung beim letzten Lauf für die insgesamt 3 Erstplatzierten bei Frauen und Männern sowie für die 3 Erstplatzierten in den einzelnen Altersklassen und der Mannschaften.
- Alle Teilnehmer mit mindestens 4 Läufen erhalten ein Präsent. Wer an allen 5 Läufen teilgenommen hat, bekommt zusätzlich einen Sachpreis.
- Ergebnislisten beim letzten Lauf und im Internet. Zwischenergebnisse ab dem 2. Lauf im Internet unter www.pfaelzer-berglaufpokal.de.

Auskünfte:

Henning Schneehage, Tel.: 06353/2960, E-Mail: henning.schneehage@t-online.de
Rainer Lang, Tel.: 06383/7266, E-Mail: rlang.glm@web.de

Alle Informationen rund um den Pfälzer Berglauf-Pokal im Internet unter:
www.pfaelzer-berglaufpokal.de

Bitte beachten: Pfalzmeisterschaften im Berglauf (inklusive Senioren und Jugend U18 und U20) am 26.02.2022 im Rahmen des Donnersberglaufs.

Pfälzer Berglauf-Pokal 2022: Termine

- | | | |
|----------------|--|---|
| 1. Lauf | 26.02.2022
15.00 Uhr | 29. Donnersberglauf von Steinbach auf den Donnersberg
7,2 km / 418 Höhenmeter
Roland Schreiber, Kirchstr. 12, 67725 Breunigweiler
Tel.: 06357/975281
www.lc-donnersberg.de
Pfalz-Berglaufmeisterschaften 2022 (inkl. Senioren und Jugend) |
| 2. Lauf | 26.02.2022
<i>Neuer Termin
wird frühzeitig
bekannt gegeben</i> | 24. Nanstein-Berglauf von Landstuhl zur Burgruine Nanstein
7,1 km / 350 Höhenmeter
Alexander Barnsteiner, Winzenweg 8, 66879 Kollweiler
Tel.: 0173/3480684
www.LLG-Landstuhl.de |
| 3. Lauf | 10.09.2022
16.00 Uhr | 26. Rietburg-Berglauf von Edenkoben hinauf zur Rietburg
8,2 km / 420 Höhenmeter
Peter Klein, Rietburgstr. 6, 67480 Edenkoben
Tel. 06323/5574
www.lco-edenkoben.de |
| 4. Lauf | 15.10.2022
14.00 Uhr | 25. Bad Dürkheimer Berglauf von Bad Dürkheim zum Bismarckturm
8,7 km / 510 Höhenmeter
Michael Röper, Pegauer Str. 10, 67157 Wachenheim
Tel.: 06322/8518
www.laufclub.de |
| 5. Lauf | 12.11.2022
14.30 Uhr | 37. Potzberg-Berglauf von Gimsbach auf den Potzberg
8,2 km / 350 Höhenmeter
Dieter Kratsch, Bettenhausen 9, 66907 Glan-Münchweiler
Tel.: 06383/998077
www.tusglanmuenchweiler.de |

Gewertet werden die besten 4 Ergebnisse.