

LEX LAUFEXPERTEN
DER LAUFLADEN



LAUFEN | WALKING | WANDERN



Öffnungszeiten: Mo-Fr: 10 - 18 Uhr | Sa: 10 - 16 Uhr
info@derlaufladen.de | Eisenbahnstr. 1a, 67655 KL

**PFALZWERKE
GRUPPE**



2024

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

Pfälzer Berglauf-Pokal 2024: Reglement

- In die Wertung kommen die besten 4 Ergebnisse aus maximal 6 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:
 $P = 500 - 200 t/t_{ds}$ (t = Laufzeit; t_{ds} = durchschnittl. Siegerzeit der letzten Jahre)
Achtung: neue Formel! Jeder, der innerhalb des Zeitlimits des jeweiligen Laufs das Ziel erreicht, bekommt Punkte für die Pokalwertung.
Nähere Informationen unter www.pfaelzer-berglaufpokal.de.
- Klasseneinteilung: 5er-Rhythmus nach DLO bis M/W85, Jugend U16, U18 u. U20.
- Mannschaftswertungen für Frauen und Männer (ohne AK): 4 Wertungen aus 6 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 5 Läufen erhalten ein Präsent. Wer an allen 6 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 19.10.2024 im Rahmen des Bad Dürkheimer Berglaufs.

Pfälzer Berglauf-Pokal 2024: Termine

1. Lauf	24.02.2024 15.00 Uhr	31. Donnersberglauf von Steinbach auf den Donnersberg 7,2 km / 418 Höhenmeter Roland Schreiber, Kirchstr. 12, 67725 Breunigweiler Tel.: 06357/975281 www.lc-donnersberg.de
2. Lauf	16.03.2024 15.00 Uhr	26. Nanstein-Berglauf von Landstuhl zur Burgruine Nanstein 7,1 km / 350 Höhenmeter Lucas Bambach, Daimlerstr. 25b, 66849 Landstuhl Tel.: 0157/39664497 www.LLG-Landstuhl.de
3. Lauf	07.09.2024 15.00 Uhr	28. 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	19.10.2024 14.00 Uhr	27. 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 Pfalz-Berglaufmeisterschaften 2024 (inkl. Senioren und Jugend)
5. Lauf	09.11.2024 14.30 Uhr	39. Potzberg-Berglauf von Gimsbach auf den Potzberg 8,2 km / 350 Höhenmeter Rainer Lang, Friedhofstr. 8, 66907 Glan-Münchweiler Tel.: 06383/7266 www.tusglanmuenchweiler.de
6. Lauf	16.11.2024 14.15 Uhr	30. Kalmit-Berglauf von Maikammer auf den Kalmit-Gipfel 8,3 km / 505 Höhenmeter Christoph Seibel, Rieslingweg 7, 67487 Maikammer Tel.: 0173/3072131 www.tv-maikammer.de

Gewertet werden die besten 4 Ergebnisse.