

## ÖLV Running Pre Summer Cup



(C) Pixabay

Mit dem ÖLV Running Pre Summer Cup starten wir endlich so richtig in warme Jahreszeit hinein und nutzen vor allem die langen, hellen Tage um zu laufen. Auch wird sich zeigen, wer im Winter brav an seiner Grundlage gearbeitet hat und bei den einzelnen Veranstaltungen richtig schnell laufen kann. Mit vier mehrtägigen Veranstaltungen haben wir für euch die passende Herausforderung parat.

<b>Veranstaltungen</b>	Pfingst Run	13.5.-24.5.2021	(5km – Viertelmarathon – 15km)
	Urlaubsreif	27.5.-7.6.2021	(2km – 3km – 5km – 7,5km)
	Längster Tag	10.6.-21.6.2021	(3km - 10km - Halbmarathon - 25km)
	EM-Fieber	24.6.-12.7.2021	(30min – 60min – 90min)

**Beginn** Donnerstag, 13. Mai 2021

**Ende** Montag, 12. Juli 2021

**Modus** Um in die offizielle Cupwertung aufgenommen zu werden, muss an mindestens drei Veranstaltungen teilgenommen werden sowie die Cupgebühr bis spätestens 9.7.2021 eingezahlt werden. Grundsätzlich gilt, dass pro Veranstaltung der beste Lauf in die Wertung kommt. Pro Veranstaltung wäre es somit ausreichend einen Bewerb zu laufen. Wünschenswert wäre es, wenn für jede Strecke in den einzelnen Veranstaltungen nur ein einziges GPX-File verwendet wird und dieses nicht für mehrere Läufe hochgeladen wird – dies gilt vor allem für die Veranstaltungen „Urlaubsreif“ und „Längster Tag“).

**Referenzwerte** Die Referenzwerte werden zur Berechnung der Punkte für die einzelnen Leistungen herangezogen. Zur Erreichung von 100 Punkten müssen folgende Leistungen erbracht werden:

2 km: 6 min | 3 km: 9:30 min | 5 km: 16:15 min | 7,5 km: 25:15 min | 10 km: 35:00 min |  
Viertelmarathon: 37:00 min | 15 km: 53:30 min | 21,1 km: 1:17:00 Std | 25km: 1:33:00  
Std | 30min: 8,7km | 60 min: 16,5 km | 90min: 24,3 km  
Diese Werte sind auch in den einzelnen Veranstaltungen angeführt.

<b>Ort</b>	Dein Start ist weltweit auf deiner Lieblingsstrecke möglich, sofern sie den Kriterien und <a href="#">Teilnahmebedingungen</a> entspricht - es zählt der Fairplay-Gedanke. Läufe auf Leichtathletik-Rundbahnen und Laufbändern sind nicht erlaubt. Erfahrungsgemäß werden hier die GPX-Daten zu sehr verzerrt und es kommt zu verfälschten Zeiten.
<b>Startberechtigung</b>	Du bist älter als 14 Jahre und gesund, dann steht deinem Start in deiner Kategorie nichts mehr im Weg.
<b>Preise</b>	Jede/r offizielle Teilnehmer/in des ÖLV Running Frühlingcups nimmt automatisch an der Verlosung der Preise beim Gewinnspiel am Ende des Cups teil.
<b>Gewinnspiel</b>	Diese Preise gibt es als offizielle/r Teilnehmer/in zu gewinnen: <ul style="list-style-type: none"><li>• 3 x BLACKROLL Set (Blackroll, Mini, Duoball, Ball)</li><li>• 1 x ERIMA Set</li><li>• 6 x 1 Dose HEADSTART Focus Plus 500g</li></ul>
<b>Urkunde</b>	Jede/r Teilnehmer/in kann sich seine/ihre persönliche Urkunde als PDF herunterladen und ausdrucken.
<b>Voraussetzungen</b>	Vorraussetzung für die Teilnahme ist die Registrierung auf <a href="http://www.oelvrrunning.at">www.oelvrrunning.at</a> und die Aufzeichnung deines jeweiligen Laufes mittels Uhr oder Tracking App, die eine GPX-Datei exportieren kann. Alternativ kann das Ergebnis und ein dazu passender Screenshot manuell eingetragen werden.
<b>Bestimmungen</b>	Alle Bestimmungen und Bedingungen zur Teilnahme findest du auf unserer Website unter: <a href="https://www.oelvrrunning.at/terms">https://www.oelvrrunning.at/terms</a>
<b>Kosten</b>	Um in die offizielle Cupwertung der „ÖLV Running Pre Summer Cup“ aufgenommen zu werden und an der Verlosung der Gewinnspiel-Preise teilnehmen zu können, ist eine Teilnahmegebühr von EUR 18,- auf das Konto des Österreichischen Leichtathletik-Verbandes <u>IBAN: AT32 2011 1000 0046 3442</u> bis spätestens 9.7.2021 zu entrichten. Bitte führe im Betreff zusätzlich deinen Namen an.