

ERDINGER
ALKOHOLFREI



2011

Siebengebirgscup

Malberglauf

6 km, +370 m / -100 m Hd
Freitag, 12. Aug., 18.30 Uhr



Löwenburglauf

15,6 km, +400 m / -400 m Hd
Sonntag, 18. Sept., 11.00 Uhr



Rheinhöhenlauf

21,1 km, +350 m / -360 m Hd
Samstag, 24. Sept., 13.00 Uhr



Siebengebirgsmarathon

42,195 km, +820 m / -820 m Hd
Sonntag, 11. Dez., 10.00 Uhr



www.siebengebirgscup.de

die vier Naturparkläufe

Der Siebengebirgscup ist ein Zusammenschluss von vier attraktiven Landschaftsläufen, die bezogen auf Streckenlänge und -profil alle einen recht unterschiedlichen Charakter haben. Die erheblichen Höhenunterschiede stellen eine echte sportliche Herausforderung dar. Die Strecken verlaufen überwiegend auf Naturwegen durch den Naturpark Siebengebirge und den angrenzenden Naturpark RheinWesterwald. Teil-weise führt der Weg über die Premiumwanderwege Rheinsteig und Westerwaldsteig. Die Läufe werden in der zweiten Jahreshälfte ausgetragen und steigern sich stetig, was die Streckenlänge angeht.

12.08. www.malberglauf.de (6 km)

18.09. www.loewenburg-lauf.de (15,6 km)

24.09. www.rheinhoeihenlauf.de (21,1 km)

11.12. www.siebengebirgsmarathon.de (42,195 km)

Reglement und Anmeldung

Wer in die Wertung Siebengebirgscup 2011 kommen möchte, muss alle vier angebotenen Läufe absolviert haben. Die Anmeldung zum Cup erfolgt beim Malberglauf. Wer sich erst später für die Teilnahme an der Cupwertung entscheidet, muss lediglich seine T-Shirt-Größe und Adresse dem Veranstalter mitteilen. Es entstehen keine zusätzlichen Kosten!

Die Cup-Wertung erfolgt nach dem Siegerzeit-Differenz-Punktesystem: Punktzahl = 550 - 250 x (Zeit/Siegerzeit). Der Cup-Zwischenstand wird nach jedem Lauf veröffentlicht. Die Siegerehrung findet im Anschluss an die Siegerehrung des letzten Cuplaufs statt.

Auszeichnungen

Die erstplatzierten 8 Männer und 4 Frauen erhalten Schuhgutscheine von **SALOMON**. Wer die Herausforderung „Siebengebirgscup 2011“ bewältigt hat, erhält eine Auszeichnung und das Siebengebirgscup-T-Shirt.

Angaben entsprechen dem
Stand bei Drucklegung.
Aktuelle Infos unter
www.siebengebirgscup.de

