

Frugesstr.4, 59939 Olsberg, Tel.:02962/979020

www.compact-sport-spiel.de

Täglich Lauf- und Walkinganalyse möglich



Wir wünschen allen Läuferinnen und Läufern viel Spaß und Erfolg!

EGGER

MEHR AUS HOLZ.



# Mit uns können Sie bauen!

KfW-Effizienz-Häuser aus Ziegelsteinen, ökologisch und gesund - zum Festpreis gebaut!



Telefon 02962 - 9720-0

www.schmidt-und-schmidt.de



#### **ANSPRECHPARTNER:**

Franziska Geise
Tel.: 02904/976325-4 · Fax: 02904/976325-9
f.geise@hochsauerlandsport.de

#### IMPRESSUM:

Kreis Sport Bund Hochsauerlandkreis e.V. - Geschäftsstelle Bundesstr. 152 · 59909 Bestwig Tel.: 02904/976325-0 · Fax: 02904/976325-9 www.hochsauerlandsport.de info@hochsauerlandsport.de





# 13. Hochsauerländer Laufcup 2021

Die Laufserie im Hochsauerland



www.hochsauerlandsport.de/laufcup







Stand: März 2021

Bauleitung

Ausführung





# 13. Hochsauerländer Laufcup 2021

Der Puls schlägt heftig, frische Luft durchströmt die Lungen und die Augen schweifen weit über Berg und Tal - der Aufstieg ist geschafft. Auch 2021 wollen wir Euch mit dem Hochsauerländer Laufcup wieder abwechslungsreiche Waldund Bergläufe mit atemberaubenden Panoramablicken über schöne Sauerländer Hügellandschaft anbieten. die Vom April bis in den goldenen Herbst hinein könnt Ihr dabei sein und laufend die Region entdecken. Aufgrund der derzeitigen Corona-Pandemie werden die Mehrzahl der Läufe. falls keine Durchführung als Laufveranstaltung vor Ort möglich ist, als Solo-Lauf durchgeführt. Dabei lauft Ihr eine abgesteckte Strecke am jeweiligen Veranstaltungsort und sendet einen Nachweis Eurer absolvierten Laufstrecke und Zeit an den Laufveranstalter. Dieser meldet uns dann Eure Teilnahme.



# Teilnahmebedingungen

Der Hochsauerländer Laufcup setzt sich 2021 aus 7-9 einzelnen Laufveranstaltungen zusammen (abhängig davon ob Großveranstaltungen möglich sind oder nicht). Eine Wertung wie in den vergangenen Jahren wird es nicht geben. Jeder, der sich zum Laufcup über das Formular auf unserer Homepage anmeldet und mindestens 3 der Läufe als Solo-Lauf oder falls möglich als Laufwettkampf wie gewohnt absolviert, bekommt eine Urkunde und landet in einem Lostopf für tolle Gewinne. Bei der Teilnahme von mindestens 5 Läufen verdoppelt sich die Gewinnchance und Euer Name wird zweimal in der Verlosung aufgeführt.

#### **Unsere Läufe und Termine 2021:**

Sollten es die Corona-Regeln nicht zulassen, werden die Läufe als Solo-Läufe veranstaltet. Die Zeiträume, in denen Ihr den Solo-Lauf absolvieren könnt, liegen rund um das ursprüngliche Veranstaltungsdatum. Genaue Informationen dazu findet Ihr aktuell auf unserer Homepage unter: www.hochsauerlandsport.de/ veranstaltungen/hochsauerlaender-laufcup.de

Solo-Lauf vom 09.-11.04. & 16.-18.04.2021

#### 23.Leiberger Volkslauf 5,2/10/20 km

HTSV Leiberg, www.htsv-leiberg.de

Sonntag, 09.05.2021 \*Entfällt\*

#### 45. Rüthener Bibertal Volkslauf 4,3/10/21 km

TSV Rüthen, www.bergstadtmarathon-ruethen.de

Solo-Lauf vom Donnerstag, 08.-16.05.2021

#### 17. Lauf um den Allendorfer Bahnhof 5/10/21 km

SSV Allendorf, www.ssvallendorf.de

Samstag, 29.05.2021 \*Entfällt\*

#### 14. Bruchhauser Langenberglauf 6/11/21 km

TUS Germania Bruchhausen, www.langenberglauf.de

Samstag, 19.06.2021

# 38.Eggelauf 5/10/20 km

BC 23 Meerhof, www.bc23meerhof.de

Samstag, 31.07.2021

# 23. Deifelder Abendlauf 4,3/10,5/19 km

SV Deifeld, www.abendlauf.deifeld.de

Sonntag, 15.08.2021

### 39. Wöhler-Lauf um die Aabachtalsperre 5/10/21 km

TUS Bad Wünnenberg,

www.tus-bad-wuennenberg.de

Samstag, 25.09.2021

#### 57. Herbstwaldlauf Fretter 6/11/21 km

Skiclub Fretter, www.skiclub-fretter.de

Samstag, 02.10.2021

#### 7. Trailrun Brenken 5/10/16 km

SV 21 Blau-Weiß Brenken, www.sv-brenken.de



## **Anmeldung**

Ihr müsst Euch vor Eurem ersten Wertungslauf zum Hochsauerländer Laufcup anmelden.

Die Anmeldung ist in diesem Jahr ausschließlich über das Formular auf unserer Homepage oder per E-Mail an f.geise@hochsauerlandsport.de möglich. Die Anmeldung ist kostenlos. Jeder Teilnehmende erhält eine eigene Cup-Nummer, die bei der Anmeldung zur Serie vergeben wird. Diese Nummer muss bei jedem Lauf zur Serie auf dem jeweiligen Anmeldebogen eingetragen werden.



# **Siegerehrung**

Eine Siegerehrung wie in den vergangenen Jahren wird es in diesem Jahr leider nicht geben. Stattdessen stehen Urkunden für jeden Teilnehmenden zum Download bereit. Nach Abschluss der Laufserie werden die Preise unter allen Teilnehmenden ausgelost. Die Gewinner werden im Livestream ermittelt und auf unserer Homepage bekannt gegeben.

