



Liebe Schülerinnen und Schüler, liebe Lehrerinnen und Lehrer!

Die SG Weinstadt e.V., Abteilung Leichtathletik, veranstaltet am 16. Dezember 2023 den 8. Volksbank WeinstadtCross.

Im Rahmen der Veranstaltung werden mehrere Wettbewerbe für die Schulen angeboten.

Was ist Crosslauf?

Crosslauf ist eine Variante des Laufsports, bei dem das Laufen durch profiliertes Gelände abseits befestigter Wege im Vordergrund steht.

Der Crosslauf galt früher wie heute als ausgezeichnete Trainingsmethode zur Schulung von Kraft, Ausdauer und Tempohärte. Viele Kurz-, Mittel- und Langstreckenläufer nutzen dies zur Vorbereitung auf die Wettkämpfe der anstehenden Sommersaison.

Die Laufstrecke des 8. Volksbank WeinstadtCross befindet sich in unmittelbarer Nähe des Stadions in Weinstadt-Benzach. Das Terrain sind Wiesen- und Ackergelände, auf dem ein ca. 1,2 km langer Rundkurs (sehr zuschauerfreundlich), mit Steigungen und Gefällen abgesteckt wird. Außerdem werden Hindernisse in Form von Strohballen auf der Strecke verteilt.

Crosslaufmeisterschaften der Schulen

Auch in diesem Jahr werden die 8. Crosslaufmeisterschaften der Schulen (alle Schularten) ausgetragen.

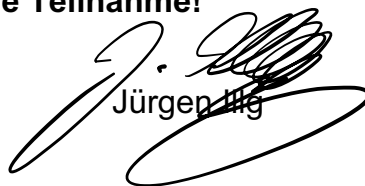
Die Teilnahme für Schülerinnen/ Schüler bzw. Lehrerinnen/Lehrer -die für ihre Schule starten- ist kostenlos.

Für die Plätze 1 bis 3 der Crosslaufmeisterschaften der Schulen (CMS) erhalten die Schülerinnen und Schüler Medaillen und Urkunden. Aus organisatorischen Gründen führen wir bei der Siegerehrung nur die Einzelwertung durch. Alle weiteren Platzierten und die Mannschaften erhalten Blankourkunden zum Ausdrucken zu Hause.

Außerdem erhalten alle vorangemeldeten Schülerinnen und Schüler ein Starterpaket mit Crosslauf T-Shirt, Obst und Riegeln (solange der Vorrat reicht).

Weitere Details entnehmen Sie bitte der beiliegenden Ausschreibung.

Wir freuen uns auf eure/ Ihre Teilnahme!



Jürgen Illg

Organisation, SG Weinstadt e.V. Leichtathletik



Ausschreibung Crosslaufmeisterschaften der Schulen

Veranstaltungstag:

Samstag, 16. Dezember 2023

Veranstaltungsort:

Stadion am Bildungszentrum Weinstadt-Benzach:

Navi: Beutelsbacher Str. 82; 71384 Weinstadt

Wettbewerbe:

Kinderlauf	ca. 300/ 600m
Jugendläufe	ca. 1100m/ 2200m
Staffel	ca. 3300m

Anzahl der Staffelläufer 2-3 Schüler(innen) frei wählbar. Natürlich können auch Lehrerinnen und Lehrer mitmachen bzw. eine gemischte Staffel (Schüler/Lehrer) melden.

**Crosslaufmeisterschaften der Schulen (CMS): Einzelwertung/
Mannschaftswertung**

Mack Mini Cross (1)

M/W 6 (Jahrgang 2017)	ca. 300m
M/W 7 (Jahrgang 2016)	ca. 300m

M/W = männlich und weiblich

Mack Mini Cross (2)

M/W 8 (Jahrgang 2015)	ca. 600m
M/W 9 (Jahrgang 2014)	ca. 600m

M/W = männlich und weiblich

Spieß'sche Apotheke Jugendlauf (1)

M/W 14 (Jahrgang 2009)	ca. 2200m
M/W 15 (Jahrgang 2008)	ca. 2200m
M/W 16 (Jahrgang 2007)	ca. 2200m
M/W 17 (Jahrgang 2006)	ca. 2200m
M/W 18 (Jahrgang 2005)	ca. 2200m
M/W 19 (Jahrgang 2004)	ca. 2200m

M/W = männlich und weiblich

Spiess'sche Apotheke Jugendlauf (2)

M/W 10 (Jahrgang 2013)

ca. 1100m

M/W 11 (Jahrgang 2012)

ca. 1100m

M/W = männlich und weiblich

Spiess'sche Apotheke Jugendlauf (3)

M/W 12 (Jahrgang 2011)

ca. 1100m

M/W 13 (Jahrgang 2010)

ca. 1100m

M/W = männlich und weiblich

Staffel

M/W (ohne Altersbeschränkung, 2-3 Läuferinnen oder Läufer)

ca. 3300m

Eine **Mannschaft besteht aus 3 Teilnehmern**. Die Teilnehmer einer Mannschaft werden stets dynamisch ausgewählt. Das bedeutet, es werden immer die besten 3 Läuferinnen und Läufer **eines Laufes**, einer Schule zu einer Mannschaft zusammengefasst. Eine Mannschaft kann nur **INNERHALB eines Laufes altersübergreifend** gebildet werden.

Bei mehr als 3 Teilnehmern pro Schule werden mehrere Mannschaften gebildet (z.B. Schillergymnasium 1, Schillergymnasium 2, usw.).

Bei der **Staffel** können alle Altersklassen gemischt werden, eine Lehrer-Schüler - Staffel ist möglich!

Bei den aufgeführten Wettbewerben des 8. Volksbank WeinstadtCross findet die Sonderwertung „Crosslaufmeisterschaft der Schulen“ statt. Diese sind im Zeitplan mit **CMS** gekennzeichnet.

Infos und Bilder unter:

www.WeinstadtCross.de

Startnummernausgabe:

ab 09:00 Uhr im Stadion beim Bildungszentrum

Meldungen:

Mit Abgabe der Meldungen werden die Teilnahmebedingungen akzeptiert.
Anmeldung Online unter **www.WeinstadtCross.de**

Meldeschluss:

Dienstag, 12. Dezember 2022(23:59Uhr)

Meldegebühren:

Die Teilnahme an den Schulmeisterschaften ist kostenlos. Schülerinnen und Schüler, Lehrerinnen und Lehrer können **nicht** gleichzeitig für ihren Verein gewertet werden.

Nachmeldungen:

Bis 60min vor dem jeweiligen Start möglich (sofern freie Plätze vorhanden).

Zeitplan:

siehe Anlage „Zeitplan“

Kleidung:

Sportkleidung und Laufschuhe (Turnschuhe) oder falls vorhanden Spikes. Mannschaftstrikots (Schultrikots) werden zur besseren Orientierung während des Laufes empfohlen.

Auszeichnungen:

Alle Teilnehmer/innen erhalten eine Urkunde. Für die Plätze 1-3 der Crosslaufmeisterschaften der Schulen (Einzelwertung) werden Medaillen ausgegeben.

Jeder vorangemeldete Teilnehmer erhält ein Starterpaket mit einem Volksbank WeinstadtCross T-Shirt (solange der Vorrat reicht).



Im Rahmen des 8. Volksbank WeinstadtCross wird das Finale des **Deutschen Cross Cup 2023** ausgetragen. Eine Serie von 5 Crossläufen: München (22.10.23), Pforzheim (11.11.23), Darmstadt (19.11.23), Deutsche Crosslaufmeisterschaften in Perl (25.11.23) und dem Finale in Weinstadt (16.12.23).

Die Läufe, mit hoffentlich vielen prominenten deutschen Leichtathletinnen und Leichtathleten, ist für Schülerinnen und Schüler sicherlich interessant.

Deshalb: Bleibt da, schaut auch die Läufe und Siegerehrungen der „Großen“ an und staunt.

Mit Essen und Trinken wird euch die Leichtathletikabteilung der SG Weinstadt e.V. bestens versorgen.



Start	Strecken	Altersklassen	Alter am 31.12.	Runden	Streckenlänge	Siegerehrung
11:00	Mack Mini Cross	U6	<=5	1 MR	ca. 300m	ca. 11:20
11:05	Mack Mini Cross CMS	U8	<=7	1 MR	ca. 300m	ca. 11:25
11:10	BMW Zeisler Cross Sprint (VL) Männliche Jugend Männer	U16 - U20 U23/ M	14-19 >=20	1 SR	ca. 600m	
11:15	BMW Zeisler Cross Sprint (VL) Weibliche Jugend Frauen	U16 U23/ F	14-19 >=20	1SR	ca. 600m	
11:20	Deutscher Cross Cup Weibliche Jugend Männliche Jugend Spiess' sche Apotheke Jugendlauf CMS Kurzstrecke	U18 U18 U16 - U20	16-17 16-17 14-19	2 CR	ca. 2200m	ca. 11:45 ca. 12:00



		ab U16	>=14			ca. 12:10
11:40	Mack Mini Cross CMS	U10	<=9	1 SR	ca. 600m	ca. 12:15
11:50	Spiess'sche Apotheke Jugendlauf CMS	U12	10-11	1 CR	ca. 1100m	ca. 12:20
12:05	Spiess' sche Apotheke Jugendlauf CMS	U14	12-13	1 CR	ca. 1100m	ca. 12:30
12:15	Deutscher Cross Cup Weibliche Jugend Männliche Jugend Kärcher Jedermann Cross Staffel CMS Vereine, Firmen, Schulen. 2-3 Läufer, Staffelholzübergabe nach einer oder zwei Runden individuell wählbar.	U20 U20 ab U16 Alle Altersklassen	18-19 18-19 >=14	3 CR	ca. 3300m	ca. 12:45 ca. 13:00 ca. 13:10
12:40	BMW Zeisler Cross Sprint (EL) Männliche Jugend Männer	U16 U23/ M	14-19 >=20	1 SR	ca. 600m	ca. 13:00
12:45	BMW Zeisler Cross Sprint (EL)			1 SR	ca. 600m	ca. 13:10



	Weibliche Jugend Frauen	U16 U23/ F	14-19 >=20			
12:50	<p>Deutscher Cross Cup</p> <p>Frauen U23 Frauen Männer U23 Männer</p> <p>Sport Schwab Cup (Mittelstrecke)</p> <p>BW Betriebssport Crosslauf Meisterschaften</p>	<p>U23 F U23 M</p> <p>ab U16</p> <p>ab U20</p>	<p>20-22 >=23 20-22 >=23</p> <p>>=14</p> <p>>= 18</p>	4 CR	ca. 4400m	<p>ca. 13:30</p> <p>ca. 13:45</p>
13:15	Großer Preis der Volksbank Stuttgart eG (Langstrecke)	ab U18	>=16	6 CR	ca. 6600m	ca. 14:15



CMS = Crosslaufmeisterschaft der Schulen

DCC = Wettbewerbe des Deutschen Cross Cup

BWBV = Baden-Württembergische Meisterschaften Crosslauf Betriebssportverband

Siegerehrungen

• siehe Zeitplan

Ort

• Turnhalle des Bildungszentrums



Streckenplan: