



Liebe Schülerinnen und Schüler, liebe Lehrerinnen und Lehrer!

Die SG Weinstadt e.V., Abteilung Leichtathletik, veranstaltet am 14. Dezember 2024 den 9. 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 9. Volksbank WeinstadtCross befindet sich in unmittelbarer Nähe des Stadions in Weinstadt-Benzach. Das Terrain sind Wiesen- und Ackergelände, auf dem ein ca. 1,1 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 9. 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 Medaillenzeremonie der 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, 14. Dezember 2024

Veranstaltungsort:

Stadion am Bildungszentrum Weinstadt-Benzach:

Navi: Beutelsbacher Str. 82; 71384 Weinstadt

Wettbewerbe:

KinderCross	ca.	300/ 600m
Kinder- und JugendCross	ca.	1100m
JugendCross	ca.	1700m
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.

**Wettbewerbe der Crosslaufmeisterschaften der Schulen (CMS):
Einzelwertung und Mannschaftswertung**

Mack MiniCross

M/W 6 (Jahrgang 2018)		ca. 300m
M/W 7 (Jahrgang 2017)		ca. 300m
<small>M/W = männlich und weiblich</small>		

Mack MiniCross

M/W 8 (Jahrgang 2016)		ca. 600m
M/W 9 (Jahrgang 2015)		ca. 600m
<small>M/W = männlich und weiblich</small>		

Kinder- und JugendCross

M/W 10 (Jahrgang 2014)		ca. 1100m
M/W 11 (Jahrgang 2013)		ca. 1100m
M/W 12 (Jahrgang 2012)		ca. 1100m
M/W 13 (Jahrgang 2011)		ca. 1100m
<small>M/W = männlich und weiblich</small>		

Spiess'sche Apotheke JugendCross

M/W 14 (Jahrgang 2010)	ca. 1700m
M/W 15 (Jahrgang 2009)	ca. 1700m
M/W 16 (Jahrgang 2008)	ca. 1700m
M/W 17 (Jahrgang 2007)	ca. 1700m

M/W = männlich und weiblich

Teamstaffel

M/W (Jahrgang 2016 und älter, 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 (≥ 8) gemischt werden. Es können beispielsweise Klassenstaffeln oder Lehrer-Schüler-Staffeln gebildet werden.

Bei den aufgeführten Wettbewerben des 9. 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 in der großen Sporthalle am Bildungszentrum

Meldungen:

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

Meldeschluss:

Mittwoch, 11. Dezember 2024 (19:59 Uhr)

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).

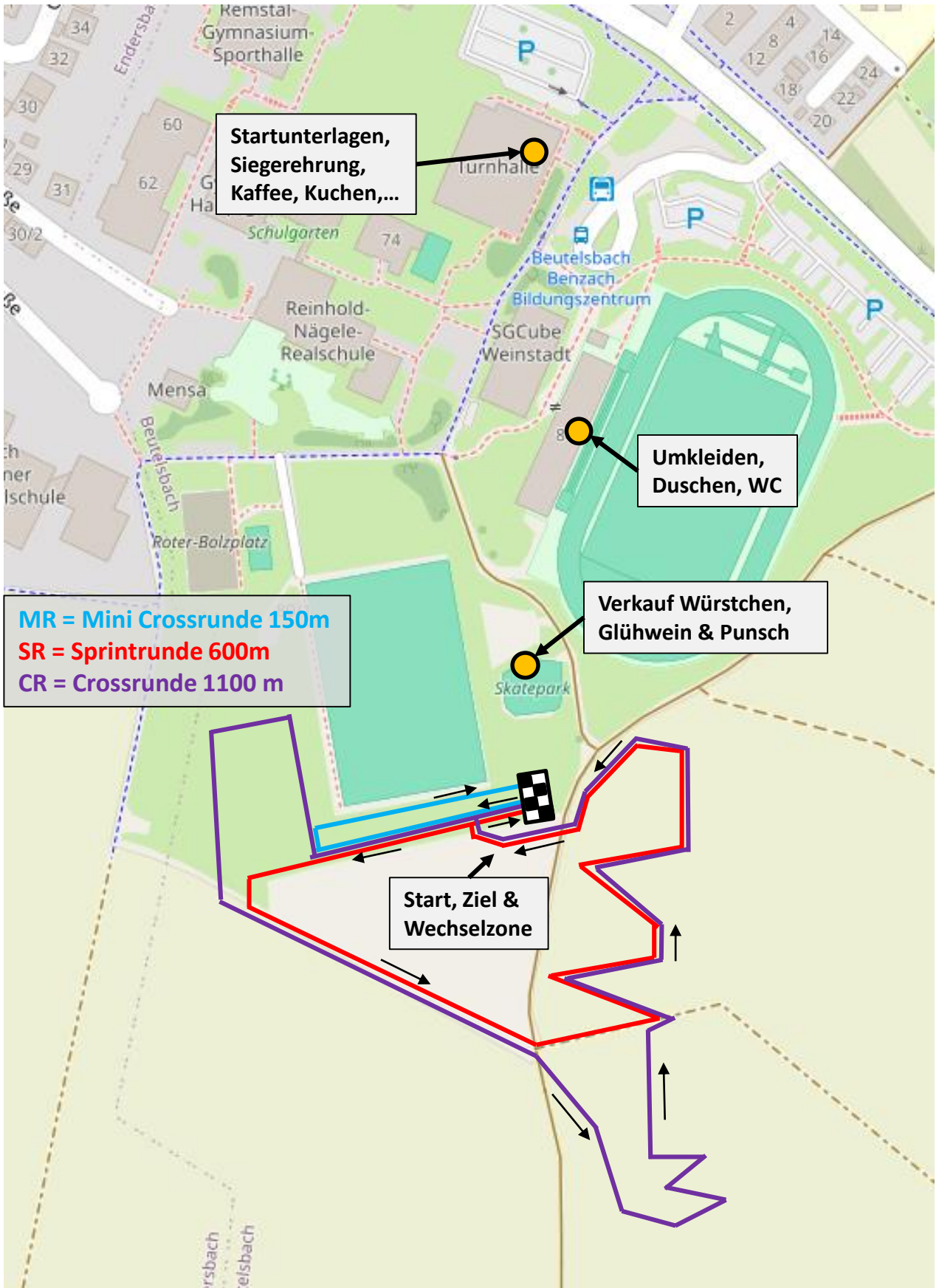


Im Rahmen des 9. Volksbank WeinstadtCross wird das Finale des **Deutschen Cross Cup 2024** ausgetragen. Eine Serie von 5 Crossläufen: München (20.10.24), Pforzheim (9.11.24), Darmstadt (17.11.24), Deutsche Crosslaufmeisterschaften in Riesenbeck (Münsterland) (23.11.24) und dem Finale in Weinstadt (14.12.24).

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.



Startunterlagen,
Siegerehrung,
Kaffee, Kuchen,...

Umkleiden,
Duschen, WC

Verkauf Würstchen,
Glühwein & Punsch

MR = Mini Crossrunde 150m
SR = Sprintrunde 600m
CR = Crossrunde 1100 m

Start, Ziel &
Wechselzone

Volksbank WeinstadtCross 2024 – Zeitplan

Lauf	Start	Wettbewerb	Alter am 31.12.24	Runden	Sieger- ehrung
1	11:00	ca. 150 m MackCross Mädchen und Jungen	4-5	1MR	ca. 11:30
2	11:05	ca. 300 m MackCross Mädchen und Jungen CMS	6-7	2MR	ca. 11:30
3	11:10	ca. 600 m BMW ZEISLER Cross Sprint weiblich Vorlauf	> = 16	1SR	
4	11:15	ca. 600 m BMW ZEISLER Cross Sprint männlich Vorlauf	> = 16	1SR	
5	11:20	ca. 1100 m Bort SchnupperCross	> = 18	1CR	ca. 12:00
6	11:30	ca. 1.700 m Spiess'sche Apotheke JugendCross (w/m) CMS ca. 1700 m weibliche und männliche Jugend U16 TalentCross BW	14-15	1CR+1SR	ca. 12:00
		ca. 1.700 m Spiess'sche Apotheke JugendCross (w/m) CMS	16-17	1CR+1SR	ca. 12:00
7	11:40	ca. 2.200 m weibliche Jugend U18 DCC	16-17	2CR	ca. 12:30
		ca. 2.200 m männliche Jugend U18 DCC	16-17	2CR	ca. 12:30
		ca. 2.200 m Kärcher JedermannCross	>= 18	2CR	ca. 12:30
8	11:55	ca. 600 m Kinder (w/m) U10 CMS	8-9	1SR	ca. 12:30
9	12:05	ca. 3.300 m weibliche Jugend U20 DCC	18-19	3CR	ca. 13:00
		ca. 3.300 m männliche Jugend U20 DCC	18-19	3CR	ca. 13:00
		ca. 3.300 m Senioren M65-M90 DCC BWBV	> = 65	3CR	ca. 13:00
		ca. 3.300 m Seniorinnen W50-W90 DCC BWBV	> = 50	3CR	ca. 13:00
		ca. 3.300 m Team-Staffel CMS	> = 10	3CR	ca. 13:00
10	12:20	ca. 600 m BMW ZEISLER Cross Sprint weiblich Endlauf	> = 16	1SR	ca. 13:00
11	12:25	ca. 600 m BMW ZEISLER Cross Sprint männlich Endlauf	> = 16	1SR	ca. 13:00
12	12:30	ca. 4.400 m Seniorinnen W30-W45 DCC BWBV	30-44	4CR	ca. 13:30
		ca. 4.400 m Senioren M30-M60 DCC BWBV	30-59	4CR	ca. 13:30
13	13:00	ca. 1.100 m KinderCross (w/m) U12, U14 CMS	10-13	1CR	ca. 13:30
14	13:10	ca. 6600m Männer, Frauen, WU23, M23 DCC BWBV	20-29	6CR	ca. 14:15
		ca. 6.600 m Frauen/Männer Großer Preis der VOLKSBANK DHM	> = 20	6CR	ca. 14:10

DCC = Wettbewerbe des Deutschen Cross Cup
 TalentCross BW = Wettbewerb des Baden Württembergischen Cross Cup
 CMS = Croslaufmeisterschaften der Schulen
 BWBV = Baden-Württembergische Meisterschaften Betriebssport
 DHM = Deutsche Hochschulmeisterschaften