# 7. Lauf zum NOLV (Schul) Cup 2013
# Läuferinformation

**Der HSV Langenlebarn heißt euch**
**zum 7. Lauf NOLV (Schul) Cup 2013 herzlich willkommen.**

| | |
|---|---|
| **Treffpunkt:** | Tennisplatz Muckendorf<br><br>Umkleidemöglichkeit und Ablage für Bekleidung im Klubhaus vorhanden. Es besteht die Möglichkeit mit der ÖBB anzureisen: Franz Josef Bahn, Bahnhof: Muckendorf/ Wipfing – ca. 300 m Richtung Norden/ Donau bis zum Treffpunkt |
| **Anmeldung und Auslesen:** | im/ beim Klubhaus, Ziel 50m entfernt |
| **Wettkampfgebiet:** | OL Karte Muckendorf - Stromsiedlung |
| **Karte:** | Maßstab: 1:7.000, Äquidistanz: 2m, Stand: August 2011, kor. Mai 2013<br>A4 Format, Papier (Farbkopien)<br>Klarsichtfolie kann zusätzlich am Start entnommen werden. |
| **Gelände:** | Auwald und Siedlungsgebiet. Die Kat D und E können mit normalen Laufschuhen laufen, Kat A-C laufen nicht nur im Siedlungsgebiet, sondern auch in Auwald.<br>Den Kat A, B und C wird lange Laufbekleidung zumindest Schienbeinschützer empfohlen.<br><br>Grundstücke, auch nicht eingezäunt, sowie angeführte Sperr- und Verbotsgebiete, bitte nicht betreten! |
| **Postenbeschreibungen:** | sind auf der Karte aufgedruckt, können aber zusätzlich bei der Anmeldung entnommen werden. Kat C-E auch in Schrift. |
| **Weg zum Start:** | Richtung Osten, etwas 100m, nicht ausgeschildert |
| **Aufwärmen:** | im Startbereich |
| **Start:** | Freie Starzeitwahl von 14:00 – 17:30 Uhr<br>Vor dem Start Löschen und Prüfen der SI Card nicht vergessen. Gestartet wird mit Startbox. |
| **Lauflängen:** | Kat. A: 7,000 m, 40 Hm, 25 Posten<br>Kat. B: 5.800 m, 34 Hm, 24 Posten<br>Kat. C: 3.800 m, 16Hm, 19 Posten<br>Kat. D: 2.900 m, 12 Hm, 14 Posten<br>Kat. E: 2.000 m, 10 Hm, 12 Posten |