

## Kategorie-Einteilung Austria-Cup, Österr. Meisterschaften & Staatsmeisterschaften

		empfohlene Siegerzeiten in Minuten																Techn. Anspruch	zusammenlegbar mit				
		Kategorie	Alter	2007	2007	Lang	ÖM	ÖSTM	Mittel	ÖM	ÖSTM	Sprint	ÖM	ÖSTM	Ultralang	ÖM	ÖSTM			Nacht	ÖM	ÖSTM	
<b>Damen</b>	Jugendliche	<b>D-10</b>	bis 10	1998	1997	ca. 2 km			ca. 2 km			ca. 2 km			ca. 2 km			n.a.			:-)	H-10	
		<b>D-12</b>	bis 12	1996	1995	25	X		20	X			10			25			20	X		*	H-12
		<b>D-14</b>	bis 14	1994	1993	35	X		25	X			10			35			25	X		**	
		<b>D15-18</b>	bis 18	1992	1989	ca. 4km			ca. 3km				ca. 2km			ca. 4km			ca. 3km			**	D19- Hobby
		<b>D-16 Elite</b>	bis 16	1992	1991	45	X		30	X			12-15			45			35	X		***	
		<b>D-18 Elite</b>	bis 18	1990	1989	55	X		35	X			12-15			55			45	X		****	H50-, H21-Kurz
	Allgemein	Jun.	<b>D-20 Elite</b>	bis 20	1988	1987	65	X		35-40	X		12-15			90			45	X		****	H-18 Elite, H40-
			<b>D21- Elite</b>	ab 21	1986		70		X	35-40		X	12-15		X	105	X		50	X		****	
			<b>D21- Lang</b>	ab 21	1986		55			35			15			80			40			****	D35-, H55-
	Senioren		<b>D21- Kurz</b>	ab 21	1986		40			30			15			40			30			****	D45-, H65-
			<b>D19- Hobby</b>	ab 19	1988		ca. 4km			ca. 3km			ca. 2km			ca. 4km			ca. 3km			**	D15-18
			<b>D45- Hobby</b>	ab 45	1962		ca. 3km			ca. 3km			ca. 3km			ca. 3km			ca. 3km			**	H45-Hobby
			<b>D35-</b>	ab 35	1972	1968	50	X		30	X		15			75			40	X		****	H55-, D21-Lang
			<b>D40-</b>	ab 40	1967	1963	45	X		30	X		15			70			35	X		****	H60-
			<b>D45-</b>	ab 45	1962	1958	40	X		30	X		15			60			35	X		****	H65-, D21-Kurz
			<b>D50-</b>	ab 50	1957	1953	40	X		30	X		15			60			30	X		****	H70-
	<b>D55-</b>	ab 55	1952	1948	35	X		30	X		15			55			30	X		****	D60-		
	<b>D60-</b>	ab 60	1947		35	X		25	X		15			50			30	X		****	D55-		

		Kategorie	Alter	Lang	ÖM	ÖSTM	Mittel	ÖM	ÖSTM	Sprint	ÖM	ÖSTM	Ultralang	ÖM	ÖSTM	Nacht	ÖM	ÖSTM	Techn. Anspruch	zusammenlegbar mit
<b>Offen</b>	Direkt	<b>Neulinge</b>	frei	ca. 2,5km			ca. 2,5km			ca. 2,5km			ca. 2,5km			ca. 2,5km			*	wegen freier
		<b>Offen Lang</b>	frei	ca. 8km			ca. 6km			ca. 2,5km			ca. 10km			ca. 6km			***	Startzeitwahl nicht
		<b>Offen Kurz</b>	frei	ca. 4km			ca. 3km			ca. 2,0km			ca. 5km			ca. 3km			***	zusammenlegbar

		Kategorie	Alter	2007	2007	Lang	ÖM	ÖSTM	Mittel	ÖM	ÖSTM	Sprint	ÖM	ÖSTM	Ultralang	ÖM	ÖSTM	Nacht	ÖM	ÖSTM	Techn. Anspruch	zusammenlegbar mit	
<b>Herren</b>	Jugendliche	<b>H-10</b>	<b>bis 10</b>	<b>1998</b>	<b>1997</b>	ca. 2km			ca. 2km			ca. 2km			ca. 2km			n.a.			:-)	D-10	
		<b>H-12</b>	<b>bis 12</b>	<b>1996</b>	<b>1995</b>	25	X		20	X			10			25			20	X		*	D-12
		<b>H-14</b>	<b>bis 14</b>	<b>1994</b>	<b>1993</b>	35	X		20	X			10			35			25	X		**	
		<b>H15-18</b>	<b>bis 18</b>	<b>1992</b>	<b>1989</b>	ca. 6km			ca. 3km				ca. 2km			ca. 6km			ca. 5km			**	H19- Hobby
		<b>H-16 Elite</b>	<b>bis 16</b>	<b>1992</b>	<b>1991</b>	50	X		25	X			12-15			50			40	X		***	
		<b>H-18 Elite</b>	<b>bis 18</b>	<b>1990</b>	<b>1989</b>	60	X		30	X			12-15			60			50	X		****	D-20 Elite, H40-
		<b>Jun.</b>	<b>H-20 Elite</b>	<b>bis 20</b>	<b>1988</b>	<b>1987</b>	70	X		35-40	X		12-15			120			55	X		****	H21- Lang, H35-
		Allgemein	<b>H21- Elite</b>	<b>ab 21</b>	<b>1986</b>		90		X	35-40		X	12-15		X	150	X		60-65	X		*****	
			<b>H21- Lang</b>	<b>ab 21</b>	<b>1986</b>		70			35			15			100			50-55			****	H-20 Elite, H35-
			<b>H21- Kurz</b>	<b>ab 21</b>	<b>1986</b>		50			30			15			50			40			****	H50-, D-18 Elite
			<b>H19- Hobby</b>	<b>ab 19</b>	<b>1988</b>		ca. 6km			ca. 3km			ca. 2km			ca. 6km			ca. 5km			**	H15-18
		Senioren	<b>H45- Hobby</b>	<b>ab 45</b>	<b>1962</b>		ca. 3km			ca. 3km			ca. 3km			ca. 3km			ca. 3km			**	D45-Hobby
			<b>H35-</b>	<b>ab 35</b>	<b>1972</b>	<b>1968</b>	70	X		35	X		15			105			55	X		****	H21- Lang, H-20 Elite
			<b>H40-</b>	<b>ab 40</b>	<b>1967</b>	<b>1963</b>	65	X		35	X		15			95			50	X		****	H-18 Elite, D-20 Elite
			<b>H45-</b>	<b>ab 45</b>	<b>1962</b>	<b>1958</b>	60	X		35	X		15			85			50	X		****	
			<b>H50-</b>	<b>ab 50</b>	<b>1957</b>	<b>1953</b>	55	X		35	X		15			75			45	X		****	D-18 Elite, H21- Kurz
			<b>H55-</b>	<b>ab 55</b>	<b>1952</b>	<b>1948</b>	45	X		30	X		15			70			45	X		****	D21- Lang, D35-
			<b>H60-</b>	<b>ab 60</b>	<b>1947</b>	<b>1943</b>	45	X		30	X		15			70			40	X		****	D40-
			<b>H65-</b>	<b>ab 65</b>	<b>1942</b>	<b>1938</b>	40	X		30	X		15			65			40	X		****	D21- Kurz, D45-
			<b>H70-</b>	<b>ab 70</b>	<b>1937</b>		40	X		30	X		15			65			40	X		****	D50-

	Kategorie	Alter	2007	2007	Staffel	ÖM	ÖSTM	Mannschaft	ÖM	ÖSTM
	Damen -12	bis 12	1996	1995	20/20/20	X		D-14: 40	X	
	D-14	bis 14	1994	1993	30/30/30	X				
	D-16	bis 16	1992	1991	D15-18: 35/35/35	X		D15-18: 65	X	
	D-18	bis 18	1990	1989						
	D19-	ab 19	1988		40/40/40		X	75	X	
	D35-	ab 35	1972	1963	35/35/35	X		60	X	
	D45-	ab 45	1962		30/30/30	X		50	X	

<b>Offen</b>	Offen	frei			35/25/35			60		
--------------	-------	------	--	--	----------	--	--	----	--	--

Herren	H-12	bis 12	1996	1995	20/20/20	X		H-14: 40	X	
	H-14	bis 14	1994	1993	30/30/30	X				
	H-16	bis 16	1992	1991	35/35/35	X		H15-18: 65	X	
	H-18	bis 18	1990	1989	40/40/40	X				
	H19-	ab 19	1988		40/40/40		X	90	X	
	H35-	ab 35	1972	1963	40/40/40	X		80	X	
	H45-	ab 45	1962	1953	35/35/35	X		70	X	
	H55-	ab 55	1952		35/35/35	X		60	X	