

Einzelbewerbe

Empfohlene Maximalzeit	3 Std., H21E 3:20	2 Std.	1 Std.	3 Std.
------------------------	----------------------	--------	--------	--------

		Richtzeit für Spitzentrio in Minuten														
	Kategorie	kurz	Geburtsjahre	Austria Cup	Lang			Mittel			Sprint			Nacht		Techn. Anspruch
					ÖM	ÖSTM	ÖM	ÖSTM	ÖM	ÖSTM	ÖM	ÖSTM	ÖM	ÖSTM		
Damen	Damen bis 12	D12	2009 und jünger	X	30			20	X			10	X	20 (zu zweit)	X	*
	Damen bis 14	D14	2007 und jünger	X	35	X		25	X			10	X	25 (zu zweit)	X	**
	Damen bis 18 Hobby	D18H	2003 und jünger	X	30 – 40			25				10 – 15		30		**
	Damen bis 16 Elite	D16E	2005 und jünger	X	35 – 40	X		30	X			10 – 12	X	35	X	***
	Damen bis 18 Elite	D18E	2003 und jünger	X	40 – 45	X		30 – 35	X			10 – 12	X	40	X	****
	Damen bis 20 Elite	D20E	2001 und jünger	X	55	X		30 – 35	X			12 – 15	X	45	X	****
	Damen ab 21 Elite	D21E	frei	X	70 – 80		X	30 – 35		X		12 – 15		55	X	****
	Damen ab 21 Lang	D21L	frei	X	55			35				15		45		****
	Damen ab 21 Kurz	D21K	frei	X	40			30				12 – 15		35		****
	D Hobby	DH	frei	X	35 – 45			30				15		35		**
	Damen ab 35	D35	1986 und älter	X	55	X		30 – 35	X			12 – 15	X	45	X	****
	Damen ab 40	D40	1981 und älter	X	50	X		30 – 35	X			12 – 15	X	40	X	****
	Damen ab 45	D45	1976 und älter	X	45	X		25 – 30	X			12 – 15	X	35	X	****
	Damen ab 50	D50	1971 und älter	X	45	X		25 – 30	X			12 – 15	X	35	X	****
	Damen ab 55	D55	1966 und älter	X	45	X		25 – 30	X			12 – 15	X	35	X	****
	Damen ab 60	D60	1961 und älter	X	45	X		25 – 30	X			12 – 15	X	35	X	****
	Damen ab 65	D65	1956 und älter	X	45	X		25 – 30	X			12 – 15	X	35	X	****
	Damen ab 70	D70	1951 und älter	X	45	X		25 – 30	X			12 – 15	X	35	X	****
Damen ab 75	D75	1946 und älter	X	45	X		25 – 30	X			12 – 15	X	35	X	****	

		Richtzeit für Spitzentrio in Minuten														
	Kategorie	kurz	Geburtsjahre	Austria Cup	Lang			Mittel			Sprint			Nacht		Techn. Anspruch
					ÖM	ÖSTM	ÖM	ÖSTM	ÖM	ÖSTM	ÖM	ÖSTM	ÖM	ÖSTM		
Herren	Herren bis 12	H12	2009 und jünger	X	30	X		20	X			10	X	20 (zu zweit)	X	*
	Herren bis 14	H14	2007 und jünger	X	40	X		25	X			10	X	25 (zu zweit)	X	**
	Herren bis 18 Hobby	H18H	2003 und jünger	X	35 – 45			25				10 – 15		35		**
	Herren bis 16 Elite	H16E	2005 und jünger	X	40 – 45	X		30	X			10 – 12	X	35 – 40	X	***
	Herren bis 18 Elite	H18E	2003 und jünger	X	45 – 50	X		30 – 35	X			10 – 12	X	40 – 45	X	****
	Herren bis 20 Elite	H20E	2001 und jünger	X	70	X		30 – 35	X			12 – 15	X	50	X	****
	Herren ab 21 Elite	H21E	frei	X	90 – 100		X	30 – 35		X		12 – 15		60 – 65	X	****
	Herren ab 21 Lang	H21L	frei	X	70			35				15		50 – 55		****
	Herren ab 21 Kurz	H21K	frei	X	45			30				15		40		****
	H Hobby	HH	frei	X	45 – 55			30				15		40		**
	Herren ab 35	H35	1986 und älter	X	70	X		30 – 35	X			12 – 15	X	55	X	****
	Herren ab 40	H40	1981 und älter	X	65	X		30 – 35	X			12 – 15	X	50	X	****
	Herren ab 45	H45	1976 und älter	X	60	X		25 – 30	X			12 – 15	X	45	X	****
	Herren ab 50	H50	1971 und älter	X	55	X		25 – 30	X			12 – 15	X	40 – 45	X	****
	Herren ab 55	H55	1966 und älter	X	50	X		25 – 30	X			12 – 15	X	40	X	****
	Herren ab 60	H60	1961 und älter	X	50	X		25 – 30	X			12 – 15	X	40	X	****
	Herren ab 65	H65	1956 und älter	X	50	X		25 – 30	X			12 – 15	X	40	X	****
	Herren ab 70	H70	1951 und älter	X	50	X		25 – 30	X			12 – 15	X	40	X	****
Herren ab 75	H75	1946 und älter	X	50	X		25 – 30	X			12 – 15	X	40	X	****	
Herren ab 80	H80	1941 und älter	X	50	X		25 – 30	X			12 – 15	X	40	X	****	

		Richtzeit für Spitzentrio in Minuten														
	Kategorie	kurz	Geburtsjahre	Austria Cup	Lang			Mittel			Sprint			Nacht		Techn. Anspruch
					ÖM	ÖSTM	ÖM	ÖSTM	ÖM	ÖSTM	ÖM	ÖSTM	ÖM	ÖSTM		
Offen	Damen bis 10	D10	2011 und jünger	(a)	20			20				10		nein		*
	Herren bis 10	H10	2011 und jünger	(a)	20			20				10		nein		*
	Familie (D10/H10 begleitet)	F	Erwachsene(r) und Kind(er)		ca. 2,5 km			ca. 2,5 km				ca. 2,0 km		ca. 2,5 km		*
	Neulinge	N	frei		ca. 2,5 km			ca. 2,5 km				ca. 2,0 km		ca. 2,5 km		*
	Offen Lang	OL	frei		ca. 8 km			ca. 6 km				ca. 2,5 km		ca. 6 km		***
Offen Kurz	OK	frei		ca. 4 km			ca. 3 km				ca. 2,0 km		ca. 3 km		***	

Anmerkungen: (a) fixe Startzeit (im Gegensatz zu sonstigen Rahmenbewerben)

Spitzentrio-Zeit bedeutet Durchschnittszeit der ersten drei der jeweiligen Kategorie.

Die Streckenlänge der Offen-Kategorien ist bei steilem Gelände entsprechend zu verkürzen. (100 Höhenmeter entsprechen etwa 1 km Luftlinie.)

Erklärung der technischen Schwierigkeiten:

*	Sehr einfach	Fortbewegen anhand von Leitlinien, Posten als Bestätigung liegen auf der Leitlinie
**	Wenig schwierig	Fortbewegen anhand markanter Leitlinien, Postenanlaufen von Ausgangspunkten
***	Ziemlich schwierig	Unterschiedliche Leitlinien, Postenanlaufen über größere Distanz anhand markanter Geländeobjekte, Auffangen hinter dem Posten möglich
****	Schwierig	Keine oder komplexe Leitlinien, unübersichtliche Geländestruktur, Postenanlaufen über weite Distanzen, oft kein Auffangen hinter dem Posten
*****	Sehr schwierig	Höchste Anforderungen in allen Bereichen, schwierige Posten auch in unübersichtlichem Gelände mit wenigen markanten Objekten

Teambewerbe

Empfohlene Maximalzeit

Staffel	min. 4 Std.
Mannschaft	min. 3 Std.
Sprint-Staffel	min. 2 Std.

		Richtzeit für Siegerteam in Minuten					Techn. Anspruch
	Kategorie	kurz	Geburtsjahre	Staffel	ÖM	ÖSTM	
Damen	Damen bis 12	D12	2009 und jünger	3 x 20	X		*
	Damen bis 14	D14	2007 und jünger	3 x 25	X		**
	Damen bis 18	D18	2003 und jünger	3 x 30	X		***
	Damen ab 19	D19	frei	3 x 30 – 40		X	*****
	Damen ab Gesamalter 120	D120	1986 und älter	3 x 35	X		****
	Damen ab Gesamalter 165	D165	1971 und älter	3 x 30	X		****
Herren	Herren bis 12	H12	2009 und jünger	3 x 20	X		*
	Herren bis 14	H14	2007 und jünger	3 x 25	X		**
	Herren bis 18	H18	2003 und jünger	3 x 35	X		***
	Herren ab 19	H19	frei	3 x 30 – 40		X	*****
	Herren ab Gesamalter 120	H120	1986 und älter	3 x 35	X		****
	Herren ab Gesamalter 150	H150	1976 und älter	3 x 35	X		****
	Herren ab Gesamalter 180	H180	1966 und älter	3 x 35	X		****
Offen	Offen	O	frei	3 x 35			***

	Kategorie		Geburtsjahre	Mannschaft	ÖM	ÖSTM	Techn. Anspruch
Damen	Damen bis 14	D14	2007 und jünger	40	X		* bis **
	Damen bis 18	D18	2003 und jünger	55	X		***
	Damen ab 19	D19	frei	75	X		*****
	Damen ab 40	D40	1981 und älter	60	X		****
	Damen ab 55	D55	1966 und älter	50	X		****
Herren	Herren bis 14	H14	2007 und jünger	40	X		* bis **
	Herren bis 18	H18	2003 und jünger	60	X		***
	Herren ab 19	H19	frei	90	X		*****
	Herren ab 40	H40	1981 und älter	70	X		****
	Herren ab 50	H50	1971 und älter	65	X		****
	Herren ab 60	H60	1961 und älter	60	X		****
Offen	Offen	O	frei	60			***

	Kategorie		Geburtsjahre	Sprint-Staffel	ÖM	ÖSTM	Techn. Anspruch
Mixed	Mixed bis 16	HDH16	2005 und jünger	3 x 10 – 12	X		**
	Mixed ab 17	DHHD17	frei	4 x 12 – 15		X	*****
	Mixed ab 35	HDH35	1986 und älter	3 x 12 – 15	X		****
	Mixed ab 50	HDH50	1971 und älter	3 x 12 – 15	X		****
Offen	Offen (3 Personen)	O	frei	3 x 10 – 15			***