

## LGM PowerCup

### Allgemeines

Ziel vom PowerCup ist primär, den Mitgliedern der LGM einen etwas anderen Cup, mit anderen Wettkämpfen anzubieten. Auch sollen der interne Duathlon und das Bikerennen zu einer Meisterschaft zählen, damit mehr Mitglieder diese beiden attraktiven Wettbewerbe besuchen. Der PowerCup soll aber auch Wettkämpfe beinhalten, die das übliche Pensum der Geländelauf- oder Berglauf-Meisterschaft überschreiten (mit Ausnahmen).

### Anlässe im PowerCup 2010

Nach Wahl	1/2-Marathon	21.098 km	
28. Februar	3in1 (Cross-, Gelände- + Wengilauf)	10.5/10/6 km	09.00
12. Mai	Kartracing Roggwil	Beste Rundenzeit	18.30
16. Juni	Bikerennen	20.2 km	18.30
30. Juni	LGM Duathlon	6/18/3.5km	18.30
8. August	Wengilauf	4.8km	09.00
19. September	Bike-Bergzeitfahren	7.3km	09.30
19. November	Kegelabend		19.30

### Punktevergabe

Die Punktevergabe ist anders als in den übrigen LGM Meisterschaften. Der vereinsinterne Sieger bekommt 300 Punkte und die restlichen Punkte werden aufgrund der Rückstände verteilt. Hier die Beispiele:

#### LGM Duathlon, Int. Geländeläufe 3in1

Sieger (kann auch ein Team sein) erhält 300 Punkte, die weiteren Klassierten erhalten entsprechend ihrem zeitlichen Rückstand weniger Punkte. Gewinnt z.B. im Duathlon ein Team, werden die Totalpunkte vom Team durch die Anzahl der Teammitglieder geteilt. Beispiel: Im Duathlon bilden zwei Leute ein Team. Einer fährt Velo und der andere läuft. Die beiden holen sich die Bestzeit und haben demnach 300 Punkte, die sie sich aufteilen. Der Läufer erhält 150, der Biker 150 Punkte.

#### 1/2- Marathon oder Marathon

Egal welcher Halbmarathon oder Marathon: das beste Ergebnis der Saison zählt. Auch hier erhält derjenige innerhalb der LGM mit der saisonalen Bestzeit über die Halbmarathonstrecke die 300 Punkte, die weiteren entsprechend ihrem Rückstand weniger. **Jeder Läufer ist selber dafür verantwortlich, seine erzielten Bestzeiten dem technischen Leiter zu melden.**

#### Kegelmeisterschaft

Anlässlich des alljährlichen Kegeln erhält hier derjenige mit der höchsten Punktzahl 300 Punkte und die anderen ebenfalls entsprechend ihren Rückständen weniger. Hier ist die einfache Formel: **Gekegelte Punktzahl \* 300 / Siegerpunktzahl**

### **Kartracing Roggwil**

Beim Kartracing erhält derjenige mit der schnellsten Rundenzeit des Abends 300 Punkte, die restlichen entsprechend ihrem Rückstand weniger.

### **Präsenzmeisterschaft**

In dieser Meisterschaft sind sämtliche im Büchlein aufgeführten Termine enthalten. Vor allem soll aber auch die Lauftreffteilnahme grosszügig belohnt werden. In der Präsenzmeisterschaft können also sehr viele Punkte erzielt werden. Es sollen hier auch die treuen Mitglieder und nicht immer nur die starken Läufer belohnt werden. Mitmachen ist alles...

<b>Anlass</b>	<b>Punktierung</b>
Termine laut Büchlein	Je 100 Punkte (bei mehrtägigen Ausflügen 100 Punkte pro Tag)
Lauftreff	Pro Teilnahme 30 Punkte
Besondere Anlässe die nicht im Büchlein sind	Pro Tag 100 Punkte
Mithilfe an Laufveranstaltungen (sofern durchgeführt)	500 Punkte
GV, Vereinsversammlungen	300 Punkte
Zeitmessung, Hilfe bei int. Laufwettbewerben	100 Punkte

### **Gesamtwertung**

Es werden sämtliche erzielten Resultate gewertet. Es gibt also **keine** Streichresultate und auch keine minimale Pflichtteilnahme. Eine Wertung erhält man nur, wenn man klassiert ist. Bei einer Aufgabe erhält man 100 Teilnahmepunkte.

### **Preise**

Der Sieger erhält einen schönen Pokal (keinen Wanderpokal).

Für die ersten drei Platzierungen in der Gesamtwertung gibt es ausserdem Naturalpreise.

Der technische Leiter  
Markus Christ

Matzendorf, der 6. Februar 2010