

Info zum Staffellauf

- Staffel:** 3 Läuferinnen bzw. 3 Läufer, oder 1 Läufer und 2 Läuferinnen oder 1 Läuferin und 2 Läufer bilden eine Staffel.
- Wertung:** Alle Staffeln werden in einer Kategorie gewertet, ganz gleich, ob weiblich, männlich oder mixed.
- Name der Staffel:** Für jede Staffel ist ein Name zu vergeben (z. B. „Handball 1“ oder „Schnelle Flitzer“).
- Startnummern:** Bei der Anmeldung ist die Reihenfolge der Läufer/innen festzulegen. Daraus ergibt sich z. B. für den Läufer 1 die Startnummer 400-1, für den Läufer 2 die Startnummer 400-2 und für die Läuferin 3 die Startnummer 400-3.
- Startgeld:** Das Startgeld für eine Staffel beträgt 18 Euro und ist in einem Betrag zu entrichten.
- Start:** Der Start der Staffeln erfolgt zusammen mit den Läufer/innen des Hauptlaufes über 10 km. Der erste Läufer/in legt eine Runde von 3,6 km zurück, Läufer/in zwei und drei jeweils eine Runde von 3,2 km.
- Zeitmessung:** Die Zeitmessung erfolgt mittels eines Transponders, der im Staffelstab befestigt ist. Der Staffelstab sollte im schwarzen Bereich angefasst werden und nicht im rot gekennzeichneten und ist über die gesamte Strecke von 10 km mitzuführen. Bei jedem Zieldurchlauf wird die Zeit gemessen.
- Wechselzonen:** Der Staffelstab ist innerhalb der Wechselzone an den nächsten Läufer/in zu übergeben. Die Wechselzone befindet sich jeweils nach dem Zieldurchlauf auf der rechten Seite. Der Beginn der Wechselzone ist gekennzeichnet; der Stabwechsel muss nach ca. 15 m beendet sein.
- Ehrung:** Jede Staffel erhält eine Urkunde. Die ersten 3 Staffeln erhalten Sachpreise.