

Sparkassen-LaufCup 2018

Mit dem LaufCup unterstreicht die Sparkasse Spree-Neiße ihre Kontinuität bei der Förderung des Breitensports und der Unterstützung von sportlichen Aktivitäten in ihrem Geschäftsgebiet.

Startberechtigung

Startberechtigt sind alle Läufer, die gesundheitlich in der Lage sind, die ausgeschriebenen Strecken zu absolvieren.

Altersklassen

Die Wertungsläufe werden in den 11 Altersklassen U20 (bis 19 Jahre), 20, 30, 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65 und Ü70 (ab 70 Jahre) jeweils m/w durchgeführt.

Wertung

Die Wertung erfolgt für alle Starter mit Hauptwohnsitz im Bundesland Brandenburg bzw. für Mitglieder von Vereinen des Leichtathletikverbandes Brandenburg (LVB). Starter, die keinem entsprechenden Wohnort oder Verein zugeordnet werden können, werden in der Wertung nicht berücksichtigt.

Einzelwertung

Eine gesonderte Anmeldung für die Einzelwertung des Sparkassen-LaufCups ist nicht erforderlich. Je Lauf und Altersklasse werden Punkte vergeben: **Platz 1 = 25 Punkte, Platz 2 = 24 Punkte, ... , Platz 24 = 2 Punkte. Ab dem 25. Platz erhält jeder Läufer 1 Punkt.**

Gesamtwertung

Für die Gesamtwertung ist die Teilnahme an mindestens 5 von 9 Läufen erforderlich. Die 6 besten Punktergebnisse je Läufer werden in der Gesamtwertung berücksichtigt. Zusätzlich können beim Charity-Lauf der eG Wohnen (Bonuslauf beim Sparkassen-LaufCup) Bonuspunkte erlaufen werden (1 Punkt je 2-km-Runde; max. 5 Punkte; Berücksichtigung bei der Endauswertung bei Teilnehmern mit mind. 5 gewerteten Einzelläufen der LaufCup-Serie). Der Läufer mit der höchsten Punktzahl je Altersklasse gewinnt. Bei Punktgleichheit entscheiden:

- weniger Läufe – bessere Platzierung,
- die Anzahl der Siege im direkten Vergleich,
- die Anzahl der besseren Platzierungen im direkten Vergleich.

In der Gesamtwertung werden die erstplatzierten Frauen und Männer je Altersklasse (Platz 1 bis 3) mit Urkunden, Pokalen und Sachpreisen **im Rahmen des 56. Branitzer Parklaufs am 20. Oktober 2018** ausgezeichnet.

Ergebnisse

Unter www.sparkasse-spree-neisse-laufcup.de sind die Ergebnisse des Sparkassen-LaufCups abrufbar.

Ansprechpartner

Ansprechpartner für den Sparkassen-LaufCup ist Stephan Freigang (Kordinator des Laufwettbewerbs der Sparkasse Spree-Neiße).

Anschrift

SPORT-FREIgang
Vorparkstr. 2, 03042 Cottbus
Telefon: 0355 7557746
E-Mail: stephan.freigang@t-online.de



Teamwertung 2018

Die Teamwertung erfolgt altersklassen- und geschlechtsunabhängig für alle wertungsberechtigten Läufer des Sparkassen-LaufCups 2018 der Sparkasse Spree-Neiße.

Zu einem Team gehören 4 Läufer, dessen Zusammensetzung während des laufenden Wettbewerbs **nicht** verändert werden kann.

Anmeldung

Die Teamwertung wird ausschließlich für vorangemeldete Teams geführt. **Anmeldeschluss für die Teamwertung ist der 31. März 2018.**

Teammeldungen sind per E-Mail an info@sport-frei-gang.de (mit Angabe eines Teamnamens sowie der Namen, Vornamen und des Vereins/Wohnortes der 4 zum Team gehörenden LäuferInnen **und eines gemeinnützigen Vereins aus der Stadt Cottbus bzw. dem Landkreis Spree-Neiße für die Spende des Preisgeldes der Sparkasse Spree-Neiße**) zu senden. Eine Mehrfachwertung von einzelnen Läufern in verschiedenen Teams erfolgt **nicht**.

Gesamtwertung

Analog der Einzelwertung des Sparkassen-LaufCups ist von jedem Teammitglied die Teilnahme an mindestens 5 von 9 Läufen erforderlich. Die 6 besten Punktergebnisse je Teammitglied (inkl. Bonuspunkte vom Charity-Lauf der eG Wohnen) werden in der Teamwertung berücksichtigt. Das Team mit der höchsten Punktzahl gewinnt. Bei Punktgleichheit entscheiden:

- weniger Einzelläufe – bessere Platzierung,
- die Anzahl der besseren Platzierungen der Teammitglieder im direkten Vergleich.

Die drei erstplatzierten Teams werden mit Urkunden und Pokalen **im Rahmen des 56. Branitzer Parklaufs am 20. Oktober 2018** ausgezeichnet. Zusätzlich spendet die Sparkasse Spree-Neiße für den **1. Platz = 500 EUR, 2. Platz = 400 EUR und 3. Platz = 300 EUR** an ein vom Team zu benennenden gemeinnützigen Verein aus der Stadt Cottbus oder dem Landkreis Spree-Neiße.

Neu: Die Sparkasse Spree-Neiße spendet für den **4. bis 10. Platz jeweils 250 EUR** an einen vom Team zu **benennenden gemeinnützigen Verein aus der Stadt Cottbus oder dem Landkreis Spree-Neiße**.



Mit Einzel- und Teamwertung!

Der erste Schritt
zum finanziellen Erfolg:
Ihr Weg zu uns.

Sparkasse Spree-Neiße
Breitscheidplatz 3 · 03046 Cottbus
www.sparkasse-spree-neisse.de

Stand: 01/2018

Sparkassen-LaufCup 2018



 Sparkasse
Spree-Neiße



Lauftipps



Sparkassen-LaufCup 2018

Ein Wettkampf ist die beste Motivation, der Sparkassen-LaufCup die beste Gelegenheit! Wer schon mal einen 5- oder 10-km-Lauf bzw. sogar einen Halbmarathon absolviert hat, kennt das Glücksgefühl, es einfach nur geschafft zu haben.



- 1** Für eine Wettkampfteilnahme trainiere regelmäßig und über einen gewissen Zeitraum!
- 2** Setze Dir ein realistisches Ziel und überschätze Dich nicht!
- 3** Keine Hektik vor dem Wettkampf! Plane genügend Zeit ein und reise rechtzeitig an!
- 4** Starte den Lauf mit Deinem individuellen, möglichst gleichmäßigen Tempo und steigere dieses allmählich!
- 5** Nimm Deine gut eingelaufenen, bewährten Laufschuhe!
- 6** **Nach dem Lauf:** Ausreichend trinken, auslaufen und leicht dehnen.

Wir freuen uns auf Deine Teilnahme beim Sparkassen-LaufCup und wünschen Dir viel Erfolg.



1

55. Branitzer Parklauf
Sportplatz Branitz
17.03.2018 · Start: 10:00 Uhr

5 km

Sportverein Cottbuser Parkläufer e.V.
Telefon: 0355 5267986
E-Mail: info@cpl-ev.de

2

16. Spreewald-Marathon
Spreewald-Grundschule Burg
22.04.2018 · Start: 10:30 Uhr

10 km

Angela Art
Telefon: 035756 63699
E-Mail: organisation@spreewaldmarathon.de

3

25. Frühjahrs-Crosslauf
auf der Bärenbrücker Höhe
28.04.2018 · Start: 10:15 Uhr

7,5 km

LC Cottbus
Telefon: 0355 473997
E-Mail: info@lc-cottbus.de

4

AOK City Run & Bike
Cottbuser Puschkinpark
05.05.2018 · Start: 13:00 Uhr

5 km

LC Cottbus
Telefon: 0355 473997
E-Mail: info@lc-cottbus.de

5

17. Komptendorfer Waldlauf
Sportplatz Komptendorf
22.06.2018 · Start: 18:00 Uhr

5 km

Wieland Roß
Telefon: 035605 65000
E-Mail: w.ross@wackerlaufen.de

6

40. Forster Rosen-Pokal-Lauf
Freibad Forst
29.06.2018 · Start: 17:30 Uhr

5 km

Thoralf Haß
Telefon: 03562 99502
www.ltsv.de

Bonuslauf

7. eG Wohnen Charity-Lauf
Spreeauenpark Cottbus
07.07.2018 · Start: 10:00 Uhr

2 km
(pro Runde)

Bei diesem Lauf wird sportliche Fairness mit großer Tierliebe verbunden. Der einzigartige 2-km-Rundkurs vom Spreeauenpark durch den Tierpark bietet allen Generationen Natur, Abwechslung und vor allem Spaß.

7

20. Haasower Waldlauf
Vereinsanlage Haasow
14.07.2018 · Start: 10:30 Uhr

5 km

SPORT-FREIgang
Telefon: 0355 7557746
E-Mail: info@sport-frei-gang.de

8

14. Lauf um den Spremberger Stausee
Groß Döbbern, Hotel Waldhütte
08.09.2018 · Start: 10:00 Uhr

10 km

Wieland Roß
Telefon: 035605 65000
E-Mail: w.ross@wackerlaufen.de

9

44. Cottbuser Oktoberlauf
Cottbuser Sportzentrum
07.10.2018 · Start: 10:10 Uhr

10 km

LC Cottbus
Telefon: 0355 473997
E-Mail: info@lc-cottbus.de