**Erster digitaler Waldlauf**

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

aufgrund der von euch bekannten Situation konnten wir leider unseren allseits beliebten Waldlauf im Jahre 2020 nicht durchführen. Da aktuell auch noch keine Besserung in Sicht ist, wir aber nicht schon wieder auf unseren Waldlauf verzichten wollen, haben wir uns diesmal eine Alternative überlegt!

Wir nennen unsere Alternative den **Ersten digitalen Waldlauf**.

Das Prinzip und die Regeln dieser Idee sind folgende:

1. Es heißt ja offiziell **„Waldlauf,“** bedeutet, es soll möglichst im Wald gelaufen werden. Allerdings soll gesagt sein, dass jegliche Art von **künstlich angelegten Laufstrecken** und -anlagen wie Tartanbahnen oder Indoor-Laufhallen **komplett verboten** sind!
2. Jede Altersklasse hat eine bestimmte Laufstrecke zu absolvieren. Diese Laufstrecke soll vom Sportler in seiner **bestmöglichen Laufleistung** abgeschlossen werden. Dadurch, dass wir nicht selbst kontrollieren können, wer wie schnell gelaufen ist, müssen wir das durch etwas anderes ersetzen.

Deswegen fordern wir euch auf, euren Lauf bzw. eure Zeit mit einer **Lauf-App auf eurem Smartphone oder einer Armbanduhr mit so einer Funktion aufzeichnen** zu lassen.

Der Besitz einer aufzeichnungsfähigen Uhr oder Handy-App **Pflicht** um an unserem digitalen Waldlauf teilnehmen zu dürfen bzw. in unsere Wertung mit einzugehen.

Der Nachweis **muss** beim zuständigen Trainer oder Zeitensammler durch einen **Screenshot vom Handy oder per Bild der Uhr** erfolgen. Es sind nur **bildliche Nachweise** gültig. Ich appelliere an die Trainer auch **nur** bildliche Nachweise entgegenzunehmen.

1. Der Zeitraum, in dem der Waldlauf stattfinden soll, ist der **20.03.** und der **21.03.**

**Wichtig für die sammelnde Person: Die Einsendung der gelaufenen Zeit muss spätestens bis zum 22.03. um 21 Uhr geschehen sein.** Alles was nach 21 Uhr ankommt, ist **nicht mehr gültig** und die Läufer eures Vereins müssen leider vom Wettkampf ausgeschlossen werden**. Also beachtet die Abgabefrist! Es gibt keine Ausnahmen!**

1. Die Werte der Sportler werden bitte an **Leon Hoffmann per Mail** gesendet. Die Mail-Adresse lautet: [**leon.hoffmann@kanu-lvb.de**](mailto:leon.hoffmann@kanu-lvb.de)

Die Vereine bekommen eine **vorgefertigte Excel-Datei,** die bitte mit allen angeforderten Daten auszufüllen ist! Diese wird dann vom Verein per Mail an die zuständigen Zeitensammler weitergeleitet.

1. Nach dem Waldlauf wird innerhalb der nächsten Tage das Ergebnis ausgewertet und veröffentlicht. Für Sportler, die sich platzieren konnten, wird hiernach **eine Platzierungsurkunde** mit ihrem Namen erstellt, ab **B-Schüler** **und jünger** bekommen die Sportler auch eine **Teilnehmerurkunde**. Die Urkunden bekommen die Vereine von uns gesendet und diese können dann intern verteilt werden.
2. Wir möchten ebenfalls darum bitten, dass so viele Fotos wie möglich gemacht werden! Diese Fotos möchten wir auf unseren sozialen Netzwerken wie Instagram und Facebook veröffentlichen, aber auch für unsere Homepage verwenden.

Für Trainer zur Ausfüllung der Tabelle:

* Die Sportler werden nach ihrer Altersklasse geordnet (jung nach alt) 🡪 innerhalb der Altersklassen nochmal je nach der Schnelligkeit auf der Runde
* Bei den Spalten „gelaufene Distanz“ und „Zeit“ wird jeweils nur die Zahl eingegeben 🡪 Excel fügt automatisch die entsprechenden Einheiten und Formatierungen hinzu

Hier sind die Strecken, die die jeweiligen Altersklassen zurückzulegen haben:

(Ab Jugend darf selbst entschieden werden, ob sie 5km oder 10km laufen wollen, **außer Kadersportler!!! 🡪 10km Herren und 5km Frauen**)

**Schülerinnen E (Jahrgang 15 und jünger)** 🡪 500m

**Schüler E (Jahrgang 15 und jünger)** 🡪 500m

**Schülerinnen D (Jahrgang 13/14)** 🡪 1000m

**Schüler D (Jahrgang 13/14)**  🡪 1000m

**Schülerinnen D (Jahrgang 11/12)** 🡪 1000m

**Schüler C (Jahrgang 11/12)**  🡪 1000m

**Schülerinnen B (Jahrgang 09/10)**  🡪 2000m

**Schüler B (Jahrgang 09/10)**  🡪 2000m

**Schülerinnen A (Jahrgang 07/08)**  🡪 3000m

**Schüler A (Jahrgang 07/08)**  🡪 3000m

**AK Frauen (ab Jahrgang 89)** 🡪 min. 2km

**AK Herren (ab Jahrgang 89)** 🡪 min. 3km

**Frauen (ab Jugend 06 bis AK) 🡪** 5km oder 10km

**Herren** **(ab Jugend 06 bis AK)**  **🡪** 5km oder 10km