

## Klassensieger beim 46. LCW - Wald- und Crosslauf 2018

### Waldlauf Schülerinnen U 10 - U 16:

W 8	Sophie Pesch	Solinger LC	5:07
W 9	Mila Kohls	Haaner TV	5:05
W 10	Ann-Carin Krupka	Haaner TV	4:59
W 11	Lenja Wiechers	LG Stadtwerke Hilden	4:38
W 12	Emily Heyden	mettmann-sport	7:38
W 13	Lara Christiansen	LG Remscheid	7:48
W 14	Franka Wiechers	LG Stadtwerke Hilden	7:36
W 15	Miriam Schulz	Solinger LC	7:34

### Waldlauf Schüler U 10 - U 16:

M 8	Henri Holz	Solinger LC	4:44
M 9	Anton Reisinger	LG Stadtwerke Hilden	4:46
M 10	Lucian Unverzagt	PSV Wuppertal 1921 e.V.	4:22
M 11	Nico Schrinner	Haaner TV	4:29
M 12	Nils Heuser	Solinger LC	7:15
M 13	Julius Beermann	mettmann-sport	7:27
M 14	Jonas Schaffrath	Rhein-Berg Runners	7:14
M 15	Lukas Gardeweg	Rhein-Berg Runners	6:36

### Crosslauf:

W U18	Luzie Ronkholz	TSV Bayer 04 Leverkusen	16:40
W U20	Berit Scheid	TSV Bayer 04 Leverkusen	16:28
W 20+	Hannah Schäfer	TSV Bayer 04 Leverkusen	17:15
W 40+	Gabriele Koenig	Dinslaken	25:29
W 50+	Karin Ernst	Barmer TV Wuppertal	21:23
M U18	Noah Bader	LG Remscheid	24:43
M U20	Sunatullah Anwari	TSV Bayer 04 Leverkusen	24:42
M 20+	David Soduwé	Team Essen 99	22:06
M 40+	Marc Walter	LG Wuppertal	24:39
M 50+	Andreas Joswig	LG Wuppertal	25:10

### Waldlauf:

WHK	Miriam Zirk	Sendenhorst	37:17
W 30+	Sabine Duck	Feuerwehr SV Düsseldorf	38:45
W 40+	Kirstin Brandenburger	BSG Stadtparkasse W'tal	44:01
W 50+	Ute Haarmann	Lauffreunde Stefansbecke	48:28
W 60+	Conny Kronenberg	BCP Bikes	47:31
MHK	Tyll Jakoby		37:16
M 30	Mathias Frohn	Feuerwehr SV Düsseldorf	36:18
M 35	Erik Bosgraaf		52:25
M 40	Tim Kazmeier	Westpale Runners	38:23
M 45	Francesco Gionfriddo	Bella Italia Sicilia	40:14
M 50	Thomas Bürger Erdmann	TriClub Wuppertal	41:36
M 55	Andreas Pakmohr	LG Wuppertal	42:11
M 60	Ullrich Bujotzek	B-Team	46:27
M 65	Otto Hoter	RSV Düsseldorf Rath/Ratingen	45:54

### Mannschaftswertung Stadionlauf 500 m:

U8	Haaner TV	5:30
----	-----------	------

### Mannschaftswertung Crosslauf:

Frauen:	TSV Bayer 04 Leverkusen	50:24
Männer:	LG Wuppertal	1:11:39

### Mannschaftswertung Schüler/-innen:

W U 10	Haaner TV	16:43
M U 10	PSV Wuppertal 1921 e.V.	15:11
W U 12	LG Remscheid	15:36
M U 12	PSV Wuppertal 1921 e.V.	14:19

### Staffellauf 5 x 1.950 m:

Frauen:	Deutschlanstaffel 1	45:10
Männer:	Deutschlanstaffel 2	36:47
Mixed:	Tri Team Tente	43:51



# #Laufliebe

Für leidenschaftliche Läufer und die, die es werden wollen! Die AOK Rheinland/Hamburg motiviert Sie gemeinsam mit unserem **Lauf-Experten Jan Fitschen** und macht Sie fit für den nächsten Lauf.

[www.aok-laufliebe.de](http://www.aok-laufliebe.de)

Foto: E. Dunger

# 47. Wald- und Crosslauf

mit 5 x 1960 m Staffel



„Rund um den Freudenberg“  
des LC Wuppertal  
am Samstag,  
dem 16. Nov. 2019



[www.lc-wuppertal.de](http://www.lc-wuppertal.de)





# Echt Wuppertal.



treuewelt.sparkasse-wuppertal.de

## In Wuppertal geht's beim Sport echt zur Sache.

Echte Fans buchen in der TreueWelt alle Tickets mit exklusiven Vergünstigungen für die wichtigsten Spiele. Hier finden Sie auch weitere Veranstaltungen und viele Vorteile. Sie werden begeistert sein.

TreueWelt  
der Sparkasse Wuppertal



## 47. Wald- und Crosslauf des LC Wuppertal am Samstag, dem 16. Nov. 2019

**Start und Ziel:** Wuppertal-Elberfeld,  
Bezirkssportanlage Am Freudenberg 5 (Nähe Uni)

### Waldlauf über 1.200 m (1 kleine Runde)

**12.30 Uhr** w Kinder U 10/U 12: W 8 - W 11 (2008 - 2011)

**12.50 Uhr** m Kinder U 10/U 12: M 8 - M 11 (2008 - 2011)

*Jahrgangweise Einzelwertung.*

*Für die Mannschaftswertung (3 Läufer bzw. Läuferinnen)*

*nach Zeitaddition werden jeweils zwei Jahrgänge*

*zusammengefasst (MK U10, WK U10, MK U12, WK U12)*

### Waldlauf über 1.910 m (1 große Runde)

**13.10 Uhr** w/m Jugend U 14/U 16: M/W 12 - M/W 15 (2004 - 2007)

*Jahrgangweise Einzelwertung.*

*Für die Mannschaftswertung (3 Läufer bzw. Läuferinnen) nach*

*Zeitaddition werden jeweils zwei Jahrgänge zusammengefasst*

*(MJ U14, WJ U14, MJ U16, WJ U16)*

### Stadionlauf über ca. 500 m

**13:40 Uhr** w/m Kinder U & M/W 6 - M/W 7 (2012 - 2013)

*Jahrgangweise Einzelwertung.*

*Für die Mannschaftswertung (3 Läufer bzw. Läuferinnen) nach*

*Zeitaddition werden Mädchen und Jungen in einer Klasse gewertet*

### Crosslauf Männer und männl. Jugend U 18/U 20

**6.200 m (3 Runden)**

**14.00 Uhr** Männl. Jugend U 18/U 20 (2000/2001 bzw. 2002/2003)

Männer M 20 + (1980 - 1999)

Männer M 40 + (1970 - 1979)

Männer M 50 + (1969 + älter)

*Mannschaftswertung (3 Läufer) erfolgt*

*durchgängig durch alle Klassen nach Zeitaddition*

### Crosslauf Frauen und weibl. Jugend U 18/U 20

**4.110 m (2 Runden)**

**14.00 Uhr** Weibl. Jugend U 18/U 20 (2000/2001 bzw. 2002/2003)

Frauen W 20 + (1980 - 1999)

Frauen W 40 + (1970 - 1979)

Frauen W 50 + (1969 + älter)

*Mannschaftswertung (3 Läuferinnen) erfolgt*

*durchgängig durch alle Klassen nach Zeitaddition*

### Waldlauf über 9.810 m (5 große Runden)

**14.40 Uhr** Männer MHK, M 30 - M 70 + älter (1999 u. älter)

*Altersklassenwertung im 5-Jahres-Rhythmus*

*Keine Mannschaftswertung!*

**14.40 Uhr** Frauen WHK, W 30 - W 70 + älter (1999 u. älter)

*Altersklassenwertung im 10-Jahres-Rhythmus*

*Keine Mannschaftswertung!*

**14.40 Uhr** Staffellauf 5 X 1.960m  
2 – 5 Läufer/innen aller Altersklassen von 8 – 80 Jahre  
Wechsel nach jeder Runde!  
*Wertung: M / W / Mixed nach Zeitaddition*

**Veranstalter:** Leichtathletik-Club Wuppertal e.V.

### Auskünfte:

Friedhelm Garze, Tel.: 02 02 / 70 82 40, garze@lc-wuppertal.de

Norbert Korte, Tel.: 02 02 / 47 28 90, korte@lc-wuppertal.de

**Meldungen:** bis 12. Nov. 2019 online unter

**[www.lc-wuppertal.de](http://www.lc-wuppertal.de)**

### Startgeld:

Kinder/Jugendliche JG 2004 + jü. : 3,00 €

Jugendliche JG 2000 - 2003: 4,50 €

Männer/Frauen (Cross-, Waldlauf): 8,00 €

Staffeln: 14,00 €

*Nachmeldungen sind bis 30 Minuten vor dem jeweiligen Start gegen eine Zusatzgebühr von 2,00 Euro möglich.*

### Auszeichnung:

Pokale für die drei Ersten in den Klassen U 8 bis U 16.  
Eine Tafel Schokolade für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer dieser Altersklassen. Pokale für alle siegreichen Mannschaften der Altersklassen U 8, U 10 und U 12.

Sachpreise für die drei Ersten in den einzelnen Altersklassen beim Crosslauf und beim Waldlauf über 9.810 m sowie in den Mannschaftswertungen beim Crosslauf.

Wanderpokal „Der Bergische Schmied“ der AOK Rheinland/Hamburg, Regionaldirektion Wuppertal-Remscheid-Solingen, für die siegreiche Männer-Mannschaft beim Crosslauf.

**seit 2015: Wanderpokal "Die Bergische Löwin" der AOK Rheinland/Hamburg, Regionaldirektion Wuppertal-Remscheid-Solingen, für die siegreiche Frauen-Mannschaft im Crosslauf.**

**Die Gesamtsiegerinnen und Gesamtsieger des Wald- und Crosslaufs aus 2019 können 2020 kostenlos starten.**

### Ergebnislisten und Urkunden:

Werden zum Download im Internet bereitgestellt auf:

**[www.lc-wuppertal.de](http://www.lc-wuppertal.de)**

### Moderation:

Chris Anger

### Haftung:

Auch vereinslose Teilnehmer sind durch eine Zusatzversicherung im Rahmen des Sporthilfevertrags versichert.

Keine Haftung für Diebstähle.

Der Lauf findet bei jedem Wetter statt.

Wir hoffen, recht viele Teilnehmer begrüßen zu können und wünschen allen eine gute Anreise und viel Erfolg.

Bei Nichtantreten oder Ausfall der Veranstaltung infolge höherer Gewalt besteht kein Anspruch auf Startgeld-Rückerstattung.