



Gauschla

Berglauf



Gauschla Berglauf & Obetlauf

26. | 27. September 2020

OZ Seidenbaum, Trübbach

Samstag

8. Gauschla Obetlauf - Teamlauf & Plauschstafette
mit Spaghetti-Plausch
Tombola und Tanz mit Partyfeuer

Sonntag

23. Gauschla Berglauf mit Kategorie: DUO (halb-halb)
Nordic Walking
Kidsläufe & «Dr schnellscht Wartauer»

gauschla-berglauf.ch



Kategorien und Zeitplan

Kategorien	Jahrgang	Distanz	HD	Startzeit	Startgeld
------------	----------	---------	----	-----------	-----------

Samstag, 26. September 2020

8. Gauschla Obetlauf (3er Teamlauf & Plausch-Stafette)*

Damen	Alter frei	4'050m/Läufer 3 Runden	je 6.8m	18:00	CHF 60.00
Herren	Alter frei	4'050m/Läufer 3 Runden	je 6.8m	18:00	CHF 60.00
Mixed	Alter frei	4'050m/Läufer 3 Runden	je 6.8m	18:00	CHF 60.00
Plausch-Stafette	Alter frei	1'350m/Läufer 1 Runde	je 6.8m	18:45	CHF 60.00

*Keine Nachmeldung möglich

Sonntag, 27. September 2020

Nordic Walking

NW Damen	Alter frei	9'000m	1046m	10:45	CHF 25.00
NW Herren	Alter frei	9'000m	1046m	10:45	CHF 25.00

*Nachmeldegebühr CHF 5.00

23. Gauschla Berglauf

Junioren/-innen	2001 und jünger	3'950m	562m	11:00	CHF 20.00
DUO (halb-halb)	Alter frei	Läufer 1: 5'050m Läufer 2: 3'950m	484m 562m	11:00	CHF 50.00
Hauptklasse (M/W)	1988-2000	9'000m	1046m	11:00	CHF 25.00
Senioren/-innen 1*	1981-1987	9'000m	1046m	11:00	CHF 25.00
Senioren/-innen 2*	1971-1980	9'000m	1046m	11:00	CHF 25.00
Senioren/-innen 3*	1961-1970	9'000m	1046m	11:00	CHF 25.00
Senioren/-innen 4*	1960 und älter	9'000m	1046m	11:00	CHF 25.00

* Keine Kategorienzusammenlegung

*Nachmeldegebühr CHF 5.00

Kidslauf & «Dr schnellscht Wartauer»*

Mä1/Kn1 (Pfüderi)	2016 und jünger	60m	0m	11:30	CHF 10.00
Mä2/Kn2	2014-2015	60m	0m	11:40	CHF 10.00
Mä3/Kn3	2012-2013	80m	0m	11:50	CHF 10.00
Mä4/Kn4*	2010-2011	80m	0m	12:00	CHF 10.00
Mä5/Kn5*	2007-2009	80m	0m	12:10	CHF 10.00
Mä6/Kn6*	2004-2006	80m	0m	12:20	CHF 10.00

* Der Titel «Dr schnellscht Wartauer» kann nur an in der Gemeinde Wartau wohnhafte Teilnehmer/innen und in den gekennzeichneten Kategorien vergeben werden.

*keine Nachmeldegebühr

Wettkampfinformationen

Veranstalter

Ski- und Bergclub Gauschla
Rennleitung: Oberstufenzentrum (OZ)
Seidenbaum, Trübbach

Start/Ziel

Berglauf/Nordic Walking

Start OZ Seidenbaum, Trübbach (472m ü.M)
Start Juniorenkategorien und Übergabe DUO:
unterhalb Hotel Alvier (km 5)
Ziel: 150m oberhalb Skihaus Labria (1518 m ü.M)
Distanz: 9 km, HD 1046 m

Kidslauf

Kurzstrecke mit Start und Ziel beim OZ Seidenbaum - Distanz: 60m/80m

Gauschla-Obetlauf

Rundlauf mit Start/Ziel beim OZ Seidenbaum
Teamlauf: 3 Läufer à 4050m - Massenstart
Plausch-Stafette: 3 Läufer à 1350m - Übergabe im Start-/Zielraum

Anmeldung

Per Internet unter www.gauschla-berglauf.ch.
Bitte um Einzahlung des Startgeldes auf das Bankkonto des Veranstalters:

Raiffeisenbank Werdenberg, 9470 Buchs SG
Konto 91702.85/CH90 8125 1000 0091 7028 5

Meldeschluss

22. September 2020
Online-Anmeldungen bis 25. September 2020

Nachmeldungen/Gebühr

Berglauf/NW bis 10:00 | CHF 5.00 Nachmeldegebühr
Kidslauf: bis 10:15 | keine Nachmeldegebühr
Obetlauf: keine Nachmeldungen möglich

Startgeld

Kidslauf	CHF 10.00
Berglauf Junioren/-innen	CHF 20.00
Berglauf Hauptklassen & Senioren	CHF 25.00
Berglauf DUO (halb-halb)	CHF 50.00
Nordic Walking	CHF 25.00
Obetlauf je 3er-Team mit Spaghetti-Plausch	CHF 60.00

Startnummernausgabe

Samstag, 26. September: 16:30 - 17:45 Uhr
Sonntag, 27. September: 08:30 - 10:30 Uhr
Es werden keine Startnummern verschickt.

Besammlung vor dem Start

Die WettkämpferInnen versammeln sich 10 Minuten vor dem Start ihrer Kategorie im Startgelände. Es erfolgt kein Appell.

Transport

Trockenwäsche kann nur in offiziellen Säcken transportiert werden lassen. Letzter Zeitpunkt für Abgabe der Säcke: 10:30 Uhr.

Wettkampfverpflegung

Auf der Berglaufstrecke gibt es offizielle Verpflegungsposten.

Hilfsmittel

Stöcke sind zur Bewältigung der Berglaufstrecke nicht erlaubt (ausser Kategorie NW). Ebenso sind Nagelschuhe an allen Wettkämpfen nicht erlaubt.

Garderoben

Turnhalle, OZ Seidenbaum, Trübbach

Versicherung

Ist Sache der Teilnehmenden. Der Organisator lehnt jede Haftung ab.

Wettkampfinformationen

Preise/Auszeichnungen

Obetlauf

Spaghettiplausch im Anschluss an den Lauf. Die besten Teams jeder Kategorie erhalten ein Preisgeld. Im Teamlauf gibt es zusätzlich eine Einzelwertung. Die Tagessiegerin und der Tagessieger erhalten eine Naturalgabe.

Plausch-Stafette

Sieger wird diejenige Gruppe, die am nächsten an der Durchschnittszeit aller teilnehmenden Gruppen ist.

Kidslauf

Alle Teilnehmenden erhalten einen Erinnerungspreis und 1.-3. Rang pro Kategorie eine Medaille. Der Tagessieg «Dr schnellscht Wartauer» wird zusätzlich ausgezeichnet und nur an im Wartau wohnhafte Kids vergeben.

Nordic Walking

Die Teilnehmer erhalten bei der Startnummernausgabe einen Finisherpreis und nehmen zusätzlich an einer Verlosung teil.

Berglauf

Die Teilnehmer erhalten bei der Startnummernausgabe einen Finisherpreis. Die drei Besten pro Kategorie erhalten als Auszeichnung ein Preisgeld. Die Tagessieger erhalten zusätzlich ein Preisgeld und ein neuer Streckenrekord wird ebenfalls belohnt. Die Preise müssen abgeholt werden – keine Nachsendung.

Siegerehrungen/Rangverkündigung

Obetlauf	ca. 21:00 Uhr (Samstag)
Kidsläufe	ab 13:30 Uhr
Berglauf, NW	ab 14:30 Uhr

Gratis-Shuttlebus

Zuschauer: Start - Ziel - Start
Läufer: Rücktransport zum Start

Auskünfte

Ski- und Bergclub Gauschla, Doris Brülisauer
berglauf@sbc-gauschla.ch, T 079 476 81 92

Herzlichen Dank an unsere Hauptsponsoren

