

# **Regeln für die Rennschneckenwertung 2021 - Die härteste Rennschneckenwertung aller Zeiten**

Wegen unser großen Präsenzausdauersthöflichkeit gehen wir davon aus, dass wir in diesem Jahr trotz Corona alle unsere geplanten Veranstaltungen austragen können. Deshalb ist es klar, dass wir 2021 auch wieder eine Rennschneckenwertung veranstalten. Und dafür haben wir uns etwas ganz Besonderes ausgedacht:

Neben unseren normalen Veranstaltungen werten wir auch die Trainingswettbewerbe: 42 Tage ohne Pause, den MarathonSommer und Dawn til dusk. Und falls noch andere ähnliche sportliche Aktionen der IGAS dazukommen, werden wir die auch integrieren. Das bedeutet:

## **Die Rennschneckenwertung 2021 wird die härteste Rennschneckenwertung aller Zeiten – weltweit.**

Mitmachen kann wie immer jedes IGAS-Mitglied und jede/r Lüchow-Dannenbergler/in. Eine besondere Anmeldung ist nicht notwendig. Es ist nicht verboten, extra für die RSW-Teilnahme in die IGAS einzutreten.

Bei unseren Wettbewerbs-Veranstaltungen verfahren wir nach der abgewandelten alten RSW-Wertungsmethode, bei alle Finisher eines Wettbewerbs so viele Punkte bekommen, wie der beste Lüchow-Dannenbergler in der vorigen zehn Jahren unterwegs war.

Bei den Trainingswettbewerben gibt es festgelegte Punkte pro Einheit, und zwar einen Punkt pro Lauf-Kilometer oder der einem Laufkilometer entsprechenden Strecke in einer anderen Sportart.

Gewertet werden nur Teilnehmer/innen, die mindestens zwei Ausdauersportarten absolviert und bei mindestens zwei Wettkampfveranstaltungen Punkte gesammelt haben.

Es gibt Gesamtwertungen bei Männern und Frauen, männliche und weibliche Jugend, Schülerinnen und Schüler sowie Altersklassenwertungen.

Für den Sieger/die Siegerin der Gesamtwertung gibt es einen Wanderpokal.

**Unter allen, die in einer Altersklasse unter die ersten drei platziert sind, wird wieder ein freies Startrecht für alle IGAS-Veranstaltungen verlost.**

Zuständig für die Rennschneckenwertung ist Detlef Boick.

## **Für die RSW können in folgenden Wettbewerben Punkte gesammelt werden:**

### **IGAS-Veranstaltungen:**

1. Helmut's Höllenritt MTB: 40 km 89,1 Pkt. (kürze Strecken entsprechend)
2. Wendland Inline-Volkslauf: 39,6 km 83,8 Pkt.
3. Gartower IGASlon: Marathon-IGASlon 202,1 Pkt.,
4. Tour de Wendland: Langetappe 120 km 180 Pkt., Einzelzeitfahren 20 km 28,1 Pkt.
5. Gartower Seeschwimmen: 2,4 km 36,2 Pkt.
6. Stunde von Banzau, Radeln: 35,1 km 49,7 Pkt.
7. Jeetzel-Paddelrallye: 24 km 155,2 Pkt.,
8. Rund um Voelkel, Radeln: 73,5 km 109,1 Pkt.
9. Wendland-Marathon: Marathon 184,6 Pkt.

### **IGAS-Trainingswettbewerbe:**

- |                     |  |
|---------------------|--|
| 42 Tage ohne Pause: | 6 Punkte pro Trainingseinheit, Höchstpunktzahl: 252  |
| InlineVolkslauf:    | 1 Punkt pro 1,8 km: 11,1   |
| Marathon-Sommer:    | 42 Punkte pro Marathon, gewertet werden höchstens zwei Marathons (verschiedene Sportarten): 84<br>21 Punkte pro Halbmarathon, gewertet werden höchstens sechs Halbmarathons: 126 |
| Dawn til Dusk:      | 1 Punkt pro Laufkilometer und der entsprechenden Strecke in einer anderen Sportart   |