



Jahresprogramm 2019

Der Vorstand wünscht allen Läufern, Walkern sowie Jugendlichen ab 16 Jahren viel Spass beim Mitmachen!

Für 2019 unterteilen wir in **Vereinsmeisterschaft** und **Vereinswertung**.

Vereinsmeisterschaft > 6 Läufe

Es gibt eine Damen- und eine Herrenmeisterschaft.

Jeder Läufer bestreitet mindestens 6 Läufe aus der untenstehenden Liste.

Die 6 besten Läufe werden wie folgt bewertet: 40/37/35/33/31/29/28...3/2/1 Punkte.

Bei Punktegleichheit entscheidet das bessere Streichresultat.

Der Vereinsmeister und die Vereinsmeisterin erhalten einen Spezialpreis.

Wer mindestens 7 Läufe macht, nimmt automatisch auch an der Vereinswertung teil.

Vereinswertung > 7 Läufe

Jeder Läufer bestreitet mindestens 7 Läufe. Davon müssen mindestens 3 von der untenstehenden Liste sein. Der Rest sind frei wählbare offizielle Läufe.

Die Läufe müssen bis Ende Jahr an Christophe Bollhalder bollhalder.christoph@bluewin.ch gemeldet werden.

Für die Vereinswertung gibt es keine Rangliste. Die Teilnehmer werden an der HV geehrt und erhalten einen Gutschein von einem regionalen Geschäft im Wert von 50 Franken.

Liste der Läufe für die Vereinsmeisterschaft und die Vereinswertung

Sa	16. März	Running Day Eschenbach	10.4 km
Do	04. April	Kurzstreckenlauf Mosnang	3.4 km
Mi	24. April	Abendlauf Wil	10.0 km
Sa	18. Mai	Kreuzegg Classic	12.0 km
Mi	22. Mai	Bahnlauf Wil (mit LSC Wil)	3000 m
Do	20. Juni	Berglauf mit Einzelstart Mosnang	1.5 km
So	11. August	Panoramalauf Ottenberg	14.0 km
Sa	26. Oktober	Oberuzwiler Dorflauf	10.0 km
Mo	30. Dezember	Silvesterlauf Eschlikon	6.8 km
Frei	wählbar	Halbmarathon	21.1 km

Kleeblatt-Laufcup

Der Schnebelhorn-Panoramatrail zählt zusammen mit dem Kreuzegg Classic in Bütschwil, dem Running Day Eschenbach, dem Panoramalauf Bachtel und dem Herbstlauf Wila zum Kleeblatt-Laufcup. Wer hier an mindestens 3 Läufen teilnimmt, kommt in die Gesamtwertung mit attraktiven Preisen. Siehe auch www.kleeblatt-laufcup.ch

Wettkampftenuue

Wir bitten unsere Läufer, an den Wettkämpfen in der LRM-Bekleidung zu starten, um so für den Verein zu werben.

Anmeldung an Läufe

Wettkämpfer melden sich bitte mit "LR Mosnang" an. Das ist Werbung und erleichtert den Überblick auf der Rangliste.

Weitere Vereinsanlässe

Sa 26. Januar	Lottomatch Rest. Post Dreien
Sa 16. Februar	Hauptversammlung 19.30 Uhr Rest. Krone Mosnang
So 03. März	Fastnachtsumzug Mosnang
So 03. – So 10. März	Trainingsferien Fuerteventura
Do 18. April	Trainingsessen 19.00 Uhr Rest. Krone Mosnang
Do 20. Juni	Grillplausch anschliessend an den Berglauf
Do 25. Juli	alternatives Sommertraining (Infos folgen)

Sa 14. September	Schnebelhorn-Panoramatrail
Sa 02. November	Kegel- oder Bowlingabend
So 01. Dezember	Vereinsjubiläum / Klaus
Sa 25. Januar 2020	Lottomatch (voraussichtliches Datum)
Sa 15. Februar 2020	Hauptversammlung

Einsteigerkurs 07. März bis 04. April 2019

Offizielle Trainings
Do 18.30 Uhr Nachwuchs
Do 20.00 Uhr Jugendliche, Polysportive, Erwachsene und Nordic-Walking

Zusätzliche Trainings
Di 19.30 Uhr Jugendliche, Erwachsene
So 09.00 Uhr Ausdauertraining
Di und Mi jeweils 18.30 Uhr Nordic-Walking

Treffpunkt für Training Jeweils bei der Primarschule Mosnang

Jahresbeitrag

Aktivmitglieder	Fr. 40.00 (ab 20. Altersjahr)
Jugendmitglieder	Fr. 20.00 (bis und mit 19. Altersjahr)
Passivmitglieder / Gönner	mind. Fr. 30.00
Familienmitgliederbeitrag	Fr. 80.00

Vorstands-, Frei- Ehren- und OK-Mitglieder sind beitragsfrei.