

Regler för Furhoffs löpar- och ungdomscup 2022

För deltagande i cupen krävs att man tävlar för förening, som tillhör Västsvenska friidrottsförbundet. De som gör detta, ingår automatiskt. Tävlade för förening som inte tillhör distriktet räknas bort vid poängsättningen.

Viktigt att tävlingsbestämmelserna efterföljs: bara klubbanslutna får anmälas i tävlingsklass, ej klubbanslutna anmäls i motionsklass och ingår inte i cupen. Den som tävlar i fel åldersklass räknas bort i cupen.

Poäng i samtliga tävlingar: Ettan 20 p, tvåan 18 p, trean 16 p, fyran 14 p, femman 12 p, sexan 10 p, sjuan 8 p, åttan 6 p och övriga fullföljande 5 p.

Varje DM start ger 5 extra poäng.

Löparcupen

Cupen omfattar klasserna M, M 35-M 85 och K, K 35-K 85

DM tävlingar som ingår (om arrangör finns) är: 6-timmars, Entimmeslöpning, Marathon, Halvmarathon, 10 km landsväg, 10000 m, 5 km landsväg, 5000 m, 1500 m och korta terrängen.

Poäng och priser

Extra poäng för flitigt deltagande: från tävling 14, fem poäng för varannan tävling. (14, 16, 18 osv)

Löparcupen 2022 omfattar ca 20 tävlingar, där max tolv stycken tävlingar får räknas.

Vid lika sammanlagd poäng avgör i första hand flest förstaplaceringar under hela året. I andra hand avgör åldern till den äldres fördel.

Vid avslutning av cupen kommer de sex första i varje klass få ett pris. För att erhålla pris skall man ha fullföljt minst sex tävlingar.

Övriga priser och utmärkelser

Vid avslutningen utses "Årets tävling" genom omröstning. Segrande arrangör får inteckning i vandringspris och rätt att använda sig av detta i sin reklam hela det kommande året.

Vandringspriset till "Årets förening" går till den förening som har flest fullföljande under året.

"Årets komet" tilldelas den förening som ökat sitt deltagande mest, jämfört med föregående år.

"Årets flitigaste" tilldelas de sex män resp. sex kvinnor som deltagit i flest antal lopp, oavsett åldersklass.

Ungdomscupen

Cupen omfattar klasserna P15, F15, P17, F17, P19, F19

Ungdomscupen 2022 omfattar ca 10 tävlingar, där max sex stycken tävlingar får räknas.

Vid lika sammanlagda poäng avgör i första hand flest förstaplaceringar under hela året. I andra hand avgör åldern till den yngres fördel.

Vid avslutning av cupen kommer de sex första i varje klass få ett pris. För att erhålla pris ska man fullföljt minst fyra tävlingar.

Protester

Eventuella protester skall vara distriktets ordförande Claes-Göran Borg clabbe.borg@gmail.com tillhanda senast 14 dagar efter offentliggörandet av resultatlista. Protester inkomna senare behandlas inte.