



## Österreichischer Ultralaufcup 2023

Der Österreichische Ultralaufcup, den mein Vorgänger als Ultralaufreferent Reinhold Strasser dankenswerter Weise Jahr für Jahr abgewickelt hat, wird neu aufgestellt. **Ziel** ist einerseits in einem möglichst fairen Wettbewerb die **kompletteste Ultraläuferin** und den **komplettesten Ultraläufer** des Landes zu küren und andererseits einen möglichst niederschweligen Einstiegs-Cupbewerb in die österreichische Ultralaufszene - den Österreichischen Ultralauf-Sprintcup - zu etablieren.

### Was bleibt gleich?

Wie in der Vergangenheit **gibt es 6-, 12- und 24-Stunden- sowie 100 km-Bewerbe**, werden **Leistungen in Punkte** umgerechnet, wobei die jeweiligen österreichischen Bestleistungen bei Frauen und Männern 100 Punkte bedeuten und kommen **minimal zwei und maximal drei Bewerbe** pro Sportlerin bzw Sportler **in die Cup-Wertung**. Es gibt **Wertungen** in der **Allgemeinen Klasse (W und M)** sowie bei den **Masters (W50 bzw M50 und älter)**. Die Teilnahme ist kostenlos. Es gibt Ehrenpreise für die ersten Drei jeder Wertungskategorie, sofern jeweils drei in die Wertung kommen.

### Was ist neu?

- **Wesentliche Änderung** ist, dass im **Österreichischen Ultralaufcup** als Wertungsergebnisse **nur je ein Sechsstunden-, ein 100 km- oder 12-Stundenlauf- und ein 24-Stundenlaufergebnis** für die **Cupgesamtwertung** in Frage kommt. Gesucht wird also die **kompletteste Ultraläuferin**, der **kompletteste Ultraläufer** quer über alle Distanzen hinweg.
- Da nicht jede oder jeder 24-Stunden laufen möchte (können tun es alle, weil 24 Stunden für, ob gerade laufend oder ruhend, jedenfalls vorübergehen), wird es zusätzlich einen **Österreichischen Ultralauf-Sprintcup** geben, im Rahmen dessen jeweils die drei besten Sechstundenlaufergebnisse der Sportlerinnen bzw Sportler in die Wertung kommen.
- Jede Teilnehmerin, jeder Teilnehmer an **Österreichischen Meisterschaften und Staatsmeisterschaften** erhält **zusätzlich zehn Punkte**. Ultralaufmeisterschaften

werden 2023 am 8./9. Juli über 24 Stunden in Bad Blumau und am 30. September über 100 km in Tulln stattfinden.

- Die **Klasseneinteilung** (Allgemeine Klasse, Masters) entspricht jener bei Meisterschaften (**ausschlaggebend** ist somit das **Geburtsjahr**).
- **Teilnahmeberechtigt** sind **österreichische Staatsbürger** und **alle die Mitglieder** eines **österreichischen Laufvereins** sind.
- **Cupveranstaltungen** sind der **10. Lasseer Benefizlauf am 18. 3. 2023**, die Bewerbe im Rahmen des **Murtal24 am 19. /20. 5. 2023 in Zeltweg**, die Bewerbe im Rahmen des **7. Prambachkirchner 12-Stunden-Benefizlaufs am 17. 6. 2023**, die Bewerbe im Rahmen des **24-Stundenlaufs von Bad Blumau am 8. /9. 2023 (Zehn Zusatzpunkte für Teilnahme an den Meisterschaften im 24-Stundenlauf)**, der **Stadtgut Steyr Ultralaufevent am 16. 9. 2023** und das Finale anlässlich des **2. Ultrarunfestivals in Tulln am 30. 9. /1. 10. 2023 (Zehn Zusatzpunkte für Teilnahme an den Meisterschaften im 100 km-Lauf)**.
- Es gibt einen Sonderpreis für die besten Newcomerinnen und Newcomer, die laut DUV-Statistik im Zeitraum von 2021 bis 2023 mit dem Ultralaufsport begonnen haben sowie für die beste Sportlerin und den besten Sportler W 70 bzw M 70 und älter.
- Die Punktetabelle ist adaptiert:

2023	6 Stunden				100 km				12 Stunden				24 Stunden			
	Frauen		Männer		Frauen		Männer		Frauen		Männer		Frauen		Männer	
<b>Österreichischer Rekord</b>	78.271		85.517		07:45:58		06:51:36		129.107		151.230		229.467		267.427	
	Km	Punkte	Km	Punkte	Zeit	Punkte	Zeit	Punkte	Km	Punkte	Km	Punkte	Km	Punkte	Km	Punkte
	78,271	100,00	85,517	100,00	07:45:58	100,00	06:51:36	100,00	129,11	100,00	151,23	100,00	229,467	100,00	267,427	100,00
	77,50	99,01	85,00	99,40	08:00:00	97,08	07:00:00	98,00	125,00	96,82	140	92,57	220,00	95,87	240,00	89,74
	75,00	95,82	80,00	93,55	08:30:00	91,37	07:30:00	91,47	120,00	92,95	130	85,96	215,00	93,70	230,00	86,00
	72,50	92,63	75,00	87,70	09:00:00	86,29	08:00:00	85,75	117,50	91,01	120	79,35	210,00	91,52	220,00	82,27
	70,00	89,43	70,00	81,86	09:30:00	81,75	08:30:00	80,71	115,00	89,07	115	76,04	205,00	89,34	210,00	78,53
	67,50	86,24	67,50	78,93	10:00:00	77,66	09:00:00	76,22	110,00	85,20	110	72,74	200,00	87,16	200,00	74,79
	65,00	83,04	65,00	76,01	10:30:00	73,96	09:30:00	72,21	105,00	81,33	105	69,43	190,00	82,80	190,00	71,05
	62,50	79,85	62,50	73,08	11:00:00	70,60	10:00:00	68,60	100,00	77,46	100	66,12	180,00	78,44	180,00	67,31
	60,00	76,66	60,00	70,16	11:30:00	67,53	10:30:00	65,33	95,00	73,58	95	62,82	170,00	74,08	170,00	63,57
	57,50	73,46	57,50	67,24	12:00:00	64,72	11:00:00	62,36	92,50	71,65	92,5	61,17	160,00	69,73	160,00	59,83
	55,00	70,27	55,00	64,31	12:20:00	62,97	11:30:00	59,65	90,00	69,71	90	59,51	155,00	67,55	155,00	57,96
	52,50	67,07	52,50	61,39	12:40:00	61,31	12:00:00	57,17	87,50	67,77	87,5	57,86	150,00	65,37	150,00	56,09
	50,00	63,88	50,00	58,47	13:00:00	59,74	12:30:00	54,88	85,00	65,84	85	56,21	145,00	63,19	145,00	54,22
	47,50	60,69	47,50	55,54	13:20:00	58,25	13:00:00	52,77	82,50	63,90	82,5	54,55	140,00	61,01	140,00	52,35
	45,00	57,49	45,00	52,62	13:40:00	56,83	13:20:00	51,45	80,00	61,96	80	52,90	135,00	58,83	135,00	50,48
	42,50	54,30	42,50	49,70	14:00:00	55,47	13:40:00	50,20	77,50	60,03	77,5	51,25	130,00	56,65	130,00	48,61
<b>Grenzwert</b>	42,20	53,92	42,20	49,35	14:00:00	53,56	14:00:00	49,00	59,00	53,44	75	49,59	120,00	52,30	130,00	48,61
<b>Km-Wert</b>	0,78		0,86		2,15		2,43		1,29		1,51		2,29		2,67	
<b>10-Minutenwert</b>																

Nach Ablauf des Jahres werden wir das neue Format evaluieren und gegebenenfalls anpassen.

Dr. Georg Mayer  
ÖLV-Ultralaufreferent