



## **AUSSCHREIBUNG**

### **Catch me if you can (Verfolgungslauf)**

- Veranstaltungstag:** Samstag, 05. August 2017
- Austragungsort:** Volksbankstadion Vöcklabruck, Robert-Kunz-Str.2, 4840
- Veranstalter:** ASKÖ Vöcklabruck, Sektion Gewichtheben  
in Kooperation mit CrossFit Vöcklabruck
- Gesamtleitung:** Rüdiger Mayr, Sektionsleiter  
Thomas Koller, Sportliche Leitung
- Disziplinen:** funktionelle Übungen + Lauf (Distanz KM 3+)
- Kategorien:** Damen/ Herren
- Prämierung:** Die drei Erstplatzierten erhalten Sachpreise.
- Nenngeld:** EUR 5,- pro AthletIn  
Nenngeld bitte direkt nach Anmeldung auf das Konto der ASKÖ Vöcklabruck überweisen. (IBAN AT66 1400 0488 1046 1929 | BIC BAWAATWW)
- Nennungsschluss:** Montag, 31.07.2017 (0:00 Uhr)  
Für den Nennungsschluss gilt das Server-Datum der online Anmeldung. Eine Nachnennung ist bis 12 Uhr am Veranstaltungstag möglich **Nachnenngebühr EUR 5,-**
- Storno/ Ersatznominierung:** Ist eine Teilnahme an der Veranstaltung nicht möglich, bitten wir kurze Benachrichtigung. Die Rücküberweisung von Nenngeldern und Ersatznominierung sind nicht möglich.
- Durchführung/** Ab ca. 11 Uhr können sich die TeilnehmerInnen am Info-Point einchecken und ihren Laufzettel (Scoresheets) abholen. In der Zeit von 12:30 – 16 Uhr sind die ausgeschriebenen Einzelübungen zu absolvieren. Es gibt mehrere Stationen mit Aufgaben wie z. B. max. Anzahl an Liegestütz in 1 Minute. Es können aber auch Klimmzüge oder Kniebeugen sein. Die Reihenfolge der Übungen ist frei wählbar und hat keinen Einfluss auf das Ergebnis. Das erzielte Ergebnis muss in den Laufzettel eingetragen werden und von jeweiligen Stations-Jugdes gegengezeichnet werden. Bis spätestens 16:30 Uhr müssen die Laufzettel beim Info-Point abgegeben werden. Zu spät eingereichte Scoresheets werden nicht berücksichtigt und der/die Teilnehmer/in startet dann als letzte/r ins Rennen. Die Startreihenfolge wird um 17 Uhr bekannt gegeben. Der Lauf findet zwischen 4 und 5 Event statt (ca. 17:30 Uhr).

**Sektion Gewichtheben**

Sektionsleiter: Rüdiger Mayr

Tel: 0676/ 3845524

E-Mail: info@clean-jerk.com

WEB: www.clean-jerk.com



<b>vorab Zeitplan:</b> Bitte beachte auch die Durchsagen.	11:00	CkeckIn und Ausgabe Laufzettel Nachnennung bis 12 Uhr
	12:30	Start Einzelübungen
	16:00	Abgabeschluß Scoresheets
	17:00	Bekanntgabe Startreihenfolge
	ca. 17:30	Start KM 3+ Verfolgungslauf Siegerehrung im Anschluß an CF Event 5

**Duschen/  
Garderoben:** Dusch- und Umkleidemöglichkeiten sind am Veranstaltungsgelände vorhanden und beschildert. Für Wertgegenstände übernimmt der Veranstalter keine Haftung.

**Anreise:** Das Volksbankstadion liegt ca. 1,5KM vom Bahnhof entfernt und ist entweder zu Fuß (ca. 20 Gehminuten) oder mit dem Stadtbus (Linie 2, Richtung Viktor-Kaplan-Straße, Haltestelle Kfh Maximarkt) erreichbar. Im Stundentakt halten Intercity-Züge aus Salzburg und Wien im Bahnhof Vöcklabruck. Für die Anreise mit dem PKW sind Parkmöglichkeiten direkt beim Volksbankstadion verfügbar.

**Sonstiges:** **Die gesamte Veranstaltung findet Outdoor statt.** Bitte dem Wetter entsprechende Ausrüstung (inkl. Schuhwerk) mitbringen. Voraussetzung zur Teilnahme ist körperliche Gesundheit am Wettkampftag. Die Kampfrichter und Judges haben das Recht sichtlich unvorbereitete AthletInnen den Start zu verwehren oder abzubrechen. **Mindestalter für die Teilnahme ist das vollendete 14. Lebensjahr.**

Haftungsausschluss. Die Teilnahme ist freiwillig und erfolgt auf eigene Gefahr. Der Veranstalter haftet nicht für gesundheitliche Risiken und Gefahren in Person des Teilnehmers. Den Anweisungen des Ordnerpersonals und der Kampfrichter (Judges) ist unbedingt Folge zu leisten. Weiters behält sich der Veranstalter, aus sicherheitstechnischen oder gesetzlichen Gründen bedingte Änderungen vor.

Weitere Infos auf unserer Homepage: [www.clean-jerk.com](http://www.clean-jerk.com)

Zipf, 01.07.2017

Datum, Ort

Rüdiger Mayr, Sektion Gewichtheben