

Datum / Lauf	Strecke (AK)	Kontakt	Startzeit	Ort
Sa, 09.03.2019 29. Radebeuler Wintercross www.leichtathletik.ssv-planeta-radebeul.de	3,1km (W55+) 5,8km (w/mJ U18/U20; W20-W50; M60+) 8,7km (M20-M55) + weitere Strecken ohne Ranglistenwertung	Thomas Günther 0178 3422168 meldung@leichtathletik.ssv-planeta-radebeul.de	ab 10:00 Uhr	Junge Heide Radebeul, Forststraße 26
So, 31.03.2019 “Rund um den Wolfshügel” (Stadt-Crossmeisterschaft) www.post-sv-dresden.de	2,9km (wJ U18/U20; W45+) 5,8km (mJ U18/U20; W20-W40; M50+) 8,7km (M20 bis M45) + weitere Strecken ohne Ranglistenwertung	GeschSt Post SV 0351-4715166 leichtathletik@post-sv-dresden.de	ab 15:00 Uhr ab 14:00 Uhr	Dresdner Heide Waldparkplatz Fischhausstraße
Sa, 13.04.2019 42. Wilischlauf www.wilischlauf.de	26,8km (mJ U18 bis M55) 9,5km (wJ U18 bis W70+; M60+) + weitere Strecken ohne Ranglistenwertung	Martin Matthischke martin.matthischke@wilischlauf.de	11:00 Uhr ab 10:00 Uhr	Schloß Röhrsdorf
Sa, 04.05.2019 Blütenfestlauf 2018 Borthen / Röhrsdorf	14km (mJ U18 bis M50) 7km (wJ U18 bis W70+; M55+)	Kurt Patzer 0351-2847156 bluetenfestlauf@t-online.de	11:00 Uhr	Schloß Röhrsdorf
Mi, 08.05.2019 48. Stundenlauf VfL Dresden-Bühlau www.vfl-dresden-buehlau.de	1 h (alle AK) 0,5 h ohne Ranglistenwertung	Manfred Loose team@vfl-dresden-buehlau.de	18:30 Uhr ab 17:30 Uhr	Dresdner Heide Sportplatz Milkelers Str.
Mi, 15.05.2019 7. Dresdner Bahnlauf www.leichtathletik-dresden.de	5.000m (wJ U18 bis W70+; M65+) 10.000m (mJ U18 bis M60) Dresdner Studentenmeisterschaft	Heiko Poland 0174-3223346 heiko@poland.de.com	17:30 Uhr, 18:00 Uhr	Heinz-Steyer Stadion
Mi, 19.06.2019 Stundenlauf des TSV DD www.tsv-dresden.de	0,5 h (wJ U18 bis W70+; M65+) 1 h (mJ U18 bis M60)	Gunter Venus 0351-4014401 guntervenus@gmx.de	17:30 Uhr 18:30 Uhr	Stadion, Bodenbacher Straße
So, 22.09.2019 43. QDH Quer durch die Dresdner Heide www.qdh-run.de	22,5km (M20 bis M55) 15km (W20 bis W50; M60/M65) 5km (WJ/MJ; W55+; M70+) + weitere Strecken ohne Ranglistenwertung	Eric Zschieschang 0351-85092600 hallo@die-sportwerk.gmbh	ab 11:00 Uhr	Forstsportplatz Weixdorf
So, 10.11.2019 62. Herbstwaldlauf Dresdner Heide - Hofewiese www.herbstwaldlauf.com	12,6km (W20-W45; M20-M50) 8,4km (WJ/MJ; W50-W60; M55-M65) 4,2km (W65+; M70+) + weitere Strecken ohne Ranglistenwertung	Sven Kaul sven.kaul@herbstwaldlauf.com	10:00 Uhr	Landgut Hofewiese, Dresdner Heide

www.leichtathletik-dresden.de

Die Wertung erfolgt in folgenden Altersklassen:

männlich: U18/U20, M20, M30, M35, M40, M45, M50, M55, M60, M65, M70, M75, M80, M85+

weiblich: U18/U20, W20, W30, W35, W40, W45, W50, W55, W60, W65, W70, W75+

Austragungsmodus

Von den neun ausgeschriebenen Läufen gelangen die besten 5 Platzierungen jedes/er Läufers/in in die Wertung. In der Rangliste werden alle Läufer/innen geführt, die mindestens zwei Läufe absolviert haben. Wertungsberechtigt sind Läufer/innen, die für einen Dresdner oder Radebeuler Verein starten und/oder in Dresden oder Radebeul wohnen. Bei Punktgleichstand gilt: Derjenige Läufer der im direkten Vergleich einen besseren Platz erreichte, erhält den Vorrang. Wenn sich damit keine Entscheidung ergibt, dann erhält der Läufer den Vorrang der eine geringere Anzahl von Läufen hat. Wenn auch hier ein Gleichstand erzielt wird, dann erhält der Läufer den Vorrang der älter ist. Reklamationen zur Punktwertung sind bis spätestens einem Monat nach dem betreffenden Lauf beim SVL Dresden einzureichen.

Die **Teamwertung** gewinnt der Verein bzw. die Mannschaft, welche die meisten Punkte erringt. Jeder Läufer mit mindestens zwei Läufen erhält einen Punkt. Für die ersten Drei erhalten die Teams 3 / 2 / 1-Punkt(e) zusätzlich.

Die Stadtrangeliste wird organisiert durch den Stadverband für Leichtathletik Dresden e.V. (www.leichtathletik-dresden.de) mit der freundlichen Unterstützung von:

SVL DRESDEN e.V.
Vorsitzender: Bernd G. Rohloff
Laufwart: Heiko Poland

Dresdner
Laufsportladen
running • skiing • triathlon

QUICKFIT
DAS FITNESSCENTER

Der „Rasante“ Dresdner Bahnlauf

Wer zu Saisonbeginn sich einmal eine exakt vermessene Strecke auf der Tartanbahn des Dresdner „Heinz-Steyer-Stadions“ gönnen möchte, der ist beim Dresdner Bahnlauf richtig. Hier treffen Spitzenläufer in einem Elitelauflauf (10 000 m) aufeinander und fordern sich alles ab. In weiteren Läufen über 5 000 bzw. 10 000 m geben Volkssportler ihr Bestes. Vor der attraktiven Stadtkulisse mit der Yenidze im Vordergrund hat schon manch Aktiver seine Bestleistung erreicht. Gleichzeitig Dresdner Studentenmeisterschaften.

15. Mai 2019 ab 17.30 Uhr Stadtverband Leichtathletik Dresden



Georg Bär und Roman Wagner – Beste 2017

Der „Härtetest“: Stundenlauf des TSV Dresden

Joggen, Cross oder Landschaftslauf sind andere Disziplinen. Kein Kopfsteinpflaster, kein Schlammtrail und keine verpasssten Streckenmarkierungen. Dafür: Erbarmungsloser Kampf, Runde um Runde auf 400 m Tartanbahn, vielleicht bei Sommerhitze (garantiert schattenfrei), vielleicht im kühlen Nieselregen (ohne Dach). Alle mit gleicher Laufzeit wie die Sieger. (1 Stunde oder 30 Min. je nach Alter/Geschlecht). Die Mitstreiter jederzeit im Blick. Kondition, Kampfgeist und Musik sorgen für Höchstleistungen – Das ist der Stundenlauf des TSV-Dresden, der echte Test für alle Langstreckler/innen.

19. Juni 2019 ab 17.30 Uhr TSV Dresden



Der harte Kampf um jeden Meter – Frauen und Senioren

Der „Waldlauf“:

„Quer durch die Dresdner Heide“

Laufbegeisterte sollten sich den 14. September im Kalender rot markieren. Das Kürzel „QdH“ verrät Ihnen, es ist wieder soweit. Der beliebte Cross durch die Waldgebiete der Dresdner Heide bietet auf Strecken zwischen 500 m und 22,5 km alles, was das Herz begehrt: naturbelassene Waldwege, profilierte Streckenabschnitte, eine professionelle Zeitnahme und Events für die ganze Familie im Start- und Zielbereich mit Bambiniläufen.

14. September 2019 ab 14.00 Uhr SG Weixdorf und Partner



Der Startschuss fällt und ab geht es in den Wald

Der Älteste: Herbstwaldlauf

Wer sich gegen Ende der Saison noch einen herausfordernden Trail im Zentrum der Dresdner Heide gönnen möchte, oder auch nur auf einer landschaftlich wunderschönen Waldrunde bei moderatem Tempo Entspannung sucht, findet dies auf der seit 2018 neuen Strecke eines der ältesten Crossläufe der Landeshauptstadt. Ehemals von Skilangläufern zur Saisonvorbereitung ins Leben gerufen zieht der anspruchsvolle Kurs viele Läufer und besonders den Läufer Nachwuchs an. Familiäre Atmosphäre und abwechslungsreiche Strecken fördern die Freude am Laufen. Höhepunkt: Der 4,2 km lange Hofewiesen-Trail.

10. November 2019 ab 10.00 Uhr Skiklub DD - Niedersedlitz



Begeisterte Kinder beim Kampf um die Sekunden

Hunderte Läuferbeine, die nahezu lautlos auf Waldwegen die Dresdner Heide durchqueren oder Obstplantagen bei Borthen passieren, strahlende Kinderaugen beim Entgegennehmen ihrer verdienten Auszeichnungen für sportlichen Einsatz, Pakete mit knackigen Äpfeln oder in Tragebeuteln verpackte Baumpflanzen, die an alle Teilnehmer nach dem Wettkampf übergeben werden, harter Kampf Frau gegen Frau und Mann gegen Mann, aber auch viele erfrischende Gespräche, improvisierte Tresen mit selbst gebackenem Kuchen und volksfestähnliche Atmosphäre, Topzeiten von Spitzenläufern auf der Tartanbahn und Sportler, die ihr Bestes gaben, ohne die Chance auf Bestenlisten – all das sind Markenzeichen der Stadtrangliste Dresden-Radebeul, einer Traditionsveranstaltung des Stadtverbands Leichtathletik Dresden, deren 43. Auflage im Jahr 2019 erfolgt.

Stadtrangliste Dresden-Radebeul Auch 2019: Vielfalt und Anspruch



Begeisterte Kinder am Start beim traditionellen Lauf „Quer durch die Dresdner Heide“ im September 2017

. Kleine und feine Veranstaltungen mit rund 100 Begeisterten wechseln sich ab mit Läufen, die mehr als 500 Laufschuhträger am Start sehen. Allen gemeinsam ist die liebevolle Organisation und sind die vielen originellen Ideen, die den Reiz einer jeden Veranstaltung und damit des gesamten Cups ausmachen.

Falls Sie zu denjenigen gehören, die immer schon einmal wieder behutsam Sport treiben wollten und dabei auf den Spaß nicht verzichten mögen, sind Sie genau bei unserem Läuferclub richtig. Hier stoßen Sie auf Gleichgesinnte und werden schnell in die große Gemeinschaft aufgenommen. Ihnen und natürlich auch allen Traditionsläufern ein herzliches Willkommen zur SRL Dresden-Radebeul 2019

Bernd Rohloff
Vorsitzender des Stadtverbandes

Austragungsmodus

Laufcup, der für Sportler/innen aus Dresden und Radebeul ausgeschrieben ist. Teilnahmebedingung ist der Wohnsitz in einem der beiden Orte oder die Mitgliedschaft in einem dortigen Sportverein. Durch das ordnungsgemäße Ausfüllen der jeweiligen Anmeldungen muss diese Zuordnung erkennbar sein. Eine Wertung für die Rangliste erfolgt, wenn Teilnehmer/innen (TN) mindestens zwei der ausgeschrieben Läufe absolviert haben. Maximal fünf Läufe kommen in die Wertung, bei mehr Teilnahmen werden schlechtere Resultate gestrichen. Für die Platzierung innerhalb der Altersklassen erhalten die TN bei jedem Lauf 20 Pkt. (Sieger) 19 Pkt. (2. Platz) ... abwärts bis 1 Punkt (20. Platz). Erreichbar sind also maximal 100 Punkte. Gewertet werden folgende AK:

W: W J, W 20, W 30 und in 5-Jahresschritten bis W 75+
M: M J, M 20, M 30 und in 5-Jahresschritten bis M 85+

Bei Punktgleichheit im Gesamtcup gelten folgende Kriterien:
1. Bessere Platzierung im direkten Vergleich
2. Geringere Laufanzahl
3. Höheres Lebensalter
Zur Siegerehrung des Gesamtcups jeweils in der 2. Januarhälfte des Folgejahres werden auch die besten drei Sportvereine gewürdigt. Die Mannschaftswertung ergibt sich aus: Je gewertetem TN gibt es 1 Punkt für den Verein. Zusätzlich erhalten die ersten 3 in den AK 3/2/1 Punkte für ihren Verein.

Der aktuelle Zwischenstand des Cups ist auf der Website www.leichtathletik-dresden.de zu finden, ebenso wie die Ausschreibungen zu den Cupläufen.

Der Erste: Radebeuler Wintercross

Der Test zu Jahresbeginn für alle, ob das mehr oder weniger intensive Wintertraining Folgen hatte. Der Lauf findet in der Jungen Heide direkt an der Stadtgrenze von Dresden nach Radebeul statt. Die Strecke führt größtenteils über Waldwege. Heute ist Zeit für Gespräche mit den Bekannten, die man in der Winterpause nicht traf. Häufig auch Wertungslauf des Meißner Sparkassen-Cups.

9. März 2019 ab 10.00 Uhr SSV Planeta Radebeul



So beginnt jährlich der Start in die Cup - Saison

Der „Wilde“:

Cross „Rund um den Wolfshügel“

Welche Assoziationen das Wort „Wolf“ hier im Sächsischen hervorruft, sei mal dahingestellt. Bei den Läufern ist der Andrang zum Laufen um den gleichnamigen Hügel am Rand des Dresdner Albertparks ungebrochen. Über 400 Läufern, darunter viele Kinder, lassen es sich nicht nehmen, sich bei diesem, auch als Dresdner Crossmeisterschaften ausgeschrieben anspruchsvollen Trail zu beweißen.

31. März 2019 ab 14.00 Uhr Postsportverein Dresden



Wolfshügel: Am Start Die Frauen und Senioren

Der Längste: Wilischlauf

Wer seine Bergqualitäten zu Saisonbeginn testen möchte (vielleicht in Vorbereitung des Rennsteiglaufts) ist auf der langen Strecke des Wilischlaufes bei anspruchsvollen Steigungen am südlichen Stadtrand von Dresden um Borthen und Kreischa gut aufgehoben. Neben den 26,8 gibt es auch 9,6 km und 1-3km (Kinder), den Start im Ambiente des Sächsisch-Böhmischen Bauernmarkts mit kleinen Läden, Tiergehegen und Bänken zum Verweilen, wetterfeste Umkleiden mit Duschen, Massagen und Preise für die Läufer, Kinderbetreuung, Musik und gute Streckenverpflegung.

13. April 2019 ab 10.00 Uhr Skiklub Dresden-Niedersedlitz



Die „Harten Typen“ auf der langen Strecke

Der „Vitaminreiche“:

Blütenfestlauf Borthen/Röhrsdorf

Ein Kilo Äpfel aus den Obstanbaugebieten um Borthen und Röhrsdorf, durch die die Rundstrecke von 7 km führt, ist jedem Lauffreudigen sicher, der wenige Euro Startgeld investiert. Der diesjährige 15. (Jubiläums)Lauf führt durch eine landschaftlich sehr schöne Strecke. Rundherum lässt sich auf dem Festgelände des 45. Borthener Blütenfestes gut mit der ganzen Familie der Tag verbringen. Wertungslauf des Dohnaer Sportpokals.

04. Mai 2019 ab 11.00 Uhr Lauffreudige Linde 79



Der Start: Auf in die Obstanbaugebiete

Der „Baumreiche“: Bühlauer Stundenlauf

Fast auf den Meter genau 1000 m ist die flache Waldrunde lang, die rund 100 Laufverrückte so oft wie möglich in einer Stunde absolvieren. Für den Sprint gibt es dann die Laufbahn des Sportplatzes an der Milkeler Straße. Die Sieger erhalten große Baumpflanzen der „Stiftung Wald für Sachsen“. Darüber hinaus können alle, die die schöne Waldrunde absolviert, sich ein kleines Exemplar dieser Gewächse mit nach Hause nehmen. Für die Traditionalisten gibt es einen Urkundensofortausdruck, alle teilnehmenden Kinder (halbe bzw. ¼ Stunde) werden ebenfalls mit Urkunden gewürdigt.

08. Mai 2019 ab 17.30 Uhr VfL Dresden-Bühlau



Mit Dieter Speer (St.-Nr. 84) ist ein ehemaliger Biathlon-Weltmeister beim Stundenlauf zu Gast