



# RLC 2023

## 34. RaiffeisenLäuferCup

- Termine
- Cupinformationen
- Wertung
- Fotos

[www.raiffeisenlaefercup.at](http://www.raiffeisenlaefercup.at)

Ein besonderer Dank gilt neben dem Sportverein und der Gemeinde Dellach im Gailtal den treuen Sponsoren, den vielen Spendern von Sachpreisen, den mitarbeitenden Vereinen und den vielen freiwilligen Helfern, die dieses wunderschöne Sportereignis erst ermöglichen.

Christoph Ladstätter und sein Team wünschen allen Sportlern eine gesunde und aktive Vorbereitungszeit und hoffen auf ein Treffen am Sonntag, dem 4. Juni 2023, in Dellach im Gailtal.



# LAUF & WALKING

## ERLEBNIS

**Sonntag, 4. Juni 2023**  
**Dellach im Gailtal**

**Pago Kinderläufe**  
*0,3 bis 1,5 km*

**Dellacher Genussrunde**  
*5,3 km*

**Raiffeisen Römerlauf**  
*10,5 km*

**Nordic Walking**  
*5,3 oder 10 km*

**Staffel-Halbmarathon**  
*4 Teilnehmer laufen 21,1 km*

# Lauf & Walking Erlebnis

**Am Sonntag, dem 4. Juni, ist es wieder soweit - das "Lauf & Walkerlebnis 2023" findet statt!**

Sportbegeisterte und Besucher können auf den gesamten Lauf- und Walkingstrecken in Dellach die traumhafte Landschaft des oberen Gailtales genießen. Ein tolles Rahmenprogramm macht diese Veranstaltung zu einem unvergesslichen Familien- und Sportfest.

Das Team von Event-Gucker ist ebenso vor Ort und liefert die perfekten Erinnerungsfotos.

## Lauf- und Nordic Walkingstrecken

Die Laufrunde ist eine echte Genussrunde mit einer Länge von 5,275 km. Beim Raiffeisen Römerlauf sind zwei Runden zu laufen. Die Strecken für Bambini, Kinder und Schüler befinden sich rund um den Sportplatz.

Die sportlicheren Walker meistern beim 10 km Bewerb 300 Höhenmeter. Die gemütlicheren Teilnehmer walken auf der Genussrunde gemeinsam mit den Läufern.

## Staffellauf

Vier Läufer teilen sich die Strecke des Halbmarathons. Für die ersten Starter einer Staffel besteht auch die Möglichkeit bei einem der anderen Laufbewerbe teilzunehmen.

## Raiffeisen-Läufercup

Der 34. Raiffeisen-Läufercup ist eine Volkslaufserie mit 10 Bewerben in Osttirol, Südtirol und Oberkärnten. In Dellach zählen die Kinder- und Schülerläufe, sowie die Dellacher Genussrunde über 5,3 km und der Raiffeisen Römerlauf über 10,5 km zur beliebten Laufserie.

## PROGRAMM:

ab 07:00 Uhr Nachnennung bis 1 Stunde und Startnummernausgabe bis 30 Minuten vor dem jeweiligen Start

08:45 Uhr Start Pago Bambinilauf  
 09:00 Uhr gestaffelter Start der Kinder- und Schülerbewerbe  
 10:00 Uhr Start Hauptbewerbe

- Raiffeisen Römerlauf 10,5 km
- Dellacher Genussrunde 5,3 km
- Nordic Walking 5,3 oder 10 km
- Staffel-Halbmarathon 21,1 km (4 Teilnehmer)

12:30 Uhr Siegerehrung der Bambini-, Kinder- und Schülerläufe  
 13:30 Uhr Siegerehrung der Hauptbewerbe und Verlosung von Sachpreisen (Teilnehmer Hauptbewerbe)

## BEWERBE & NENNGEBÜHREN 2023:

Bewerb	Streckenlänge	Jahrgänge Klassen	Voranmeldung (bis Di. 30. Mai)	Nachnennung	Preise Wertung
<b>Bambini</b>	Sportplatzrunde	2018 u. jünger	gratis	gratis	Alle
<b>Kinder Schüler</b>	1 Runde (0,5 km) 2 Runden 3 Runden	2017-2016 2015-2012 2011-2008	€ 7,-	€ 10,-	1.-3. je Klasse
<b>Dellacher Genussrunde</b>	5,3 km	2007-2004 MW20-MW80	€ 10,-	€ 15,-	1.-3. je Klasse
<b>Raiffeisen Römerlauf</b>	10,5 km	MW20-MW80	€ 15,-	€ 20,-	1.-3. je Klasse
<b>Staffel-HM</b>	21,1 km	4 Teilnehmer	€ 40,-	€ 50,-	1.-3. und Mittelzeit
<b>Nordic Walking</b>	5,3 km	MW	€ 10,-	€ 15,-	1.-3. und Mittelzeit
<b>Nordic Walking</b>	10 km (300 Höhenmeter)	MW	€ 15,-	€ 20,-	1.-3. und Mittelzeit

## ALLGEMEINE INFORMATIONEN:

### Anmeldung:

www.laufevent.dellach.at  
 E-Mail: laufevent@dellach.at  
 Gemeindeamt Dellach Tel.: +43(0)4718 301

### Nennschluss:

Voranmeldungen bis Dienstag 30. Mai,  
 Nachnennungen bis Freitag 2. Juni 14 Uhr  
 und am Sonntag bis 1 Stunde vor dem Start.

### Bankverbindung:

Raiba Kötschach, BIC: RZKTAT2K364  
 IBAN: AT58 3936 4002 0043 4738

### Start und Ziel:

Sport- u. Freizeitanlage, 9635 Dellach im Gailtal 63

### Veranstalter:

Dellacher Sportverein, Sektion Ausdauer,  
 ZVR-Nr. 318991689  
 Christoph Ladstätter, Tel.: +43 (0) 650 8276363  
 Michael Jost, Tel.: +43 (0) 664 8372961

### Zeitnehmung:

Der Chip ist in der Startnummer eingebaut und die Chipgebühr ist bereits ins Startgeld eingerechnet. Dem Teilnehmer entstehen **keine zusätzlichen Kosten**.

