

100 km Berlin-Staffel

10 x 10 000 m im Stadion

1. Grundregeln (seit April 1978)

Die Veranstaltung muss auf einer Regel konformen 400 m Bahn stattfinden.

Es wird mit Staffelstab gelaufen.

Eine Staffel besteht aus 10 Teilnehmern. Jeder muss seine 25 Runden bestreiten und darf nur einmal laufen.

Die Start-/ Ziellinie kann ca. 50m Richtung Mitte der Laufbahn zurückverlegt werden. (eventuell. verlängerte Mittellinie des Sportplatzes). Die Wechselzone beträgt 20m (10m vor und 10m nach der Start- / Ziellinie).

Die Zeit wird beim Passieren der Start- / Ziellinie gestoppt.

Um Fehler auszuschließen, wird die Zeit jeder Runde von einem Rundenschreiber fortlaufend notiert. Rundenzählbogen stellt der Veranstalter. (Elektronische Zeitnotierung mit Computer ist möglich).

Vereinslose können sich zu einer Staffel zusammenschließen und sich einen Namen geben. Auch gemischte Staffeln sind möglich.

2. Bedingung für die Anerkennung der Leistung einer Staffel als Bestleistung - nationale- oder Weltrekorde

Alle Staffelmittglieder müssen dem gemeldeten Verein angehören. Das Tragen der Vereinskleidung ist erwünscht aber nicht Bedingung.

Die Anwesenheit mindestens eines DLV Kampfrichters, der auch das Wettkampfprotokoll gegenzeichnet, ist Bedingung.

3. Wertungskategorien

Männer; Frauen; Jugend männlich; Jugend weiblich; Schüler; Schülerinnen.

Altersklassen M und W: AK 30; 35; 40; 45; 50; 55 und älter.

Alle 10 Mitglieder einer AK Staffel müssen die Altersbedingungen erfüllen (siehe Altersklassentabelle). Maßgebend ist das Geburtsjahr.

Mix-Staffeln: 5 männlich und 5 weiblich Teilnehmer, die wechselseitig laufen.

Von 1978 bis 2007 liefen insgesamt 435 Staffeln in Berlin, Wil (CH), Weinfeldern (CH), Reydt, Hanau, Leipzig, Boulder (Colorado USA) und San-Diego (Kalifornien USA) mit Endzeiten zwischen 5:18:17 und 8:32:25.

Statistiker bis 1995: Detlev Uhlenbruck, Recklinghausen

Eine Liste der Rekorde (Stand Juli 2007) hat Ralf Laue (Leipzig) erstellt und im Internet veröffentlicht: www.recordholders.org/de/list/10x10km.html.

Rekorde sind auch zu finden auf: www.100km-Berlin-Staffel.de (Link „Rekorde“).

Rekorde sind da, um gebrochen zu werden!!!

Initiator und Statistiker:

Horst Schuller

Klingsorstr.28 in D-12167 Berlin

Tel. 030 / 792 63 74 Mobil 0157 / 7461 7981 Email: 100km-Berlin-Staffel@gmx.de