

Regeln für 2011

Als Landesranglistenläufe werden 2011 die folgenden Wettkämpfe gewertet:

1. Landesmeisterschaft Ultralang-OL, MTV Seesen in Seesen am 3. April
2. Landesranglistenlauf Lang-OL, WSV Braunlage in Braunlage am 2. Juli
3. Landesranglistenlauf Sprint-OL, Braunschweiger MTV in St. Andreasberg am 3. Juli
4. Landesmeisterschaft Mittel-OL, SC Klecken in Rosengarten-Eckel am 27. August
5. Landesranglistenlauf Lang-OL, TuS Bramsche in Bramsche am 25. September.

Die niedersächsische Rangliste im Orientierungslauf wird in den folgenden Kategorien geführt:

D-12, D-14, D-16, D-18, D19K, D19L, D35-, D40-, D45-, D50-, D55-, D60-, D65-

H-12, H-14, H-16, H-18, H19K, H19L, H35-, H40-, H45-, H50-, H55-, H60-, H65-, H70-

Der Sieger in einer Kategorie erhält jeweils 100 Punkte. Die Punkte für die anderen Teilnehmer berechnen sich nach dem Verhältnis der jeweiligen Laufzeit zur Siegerzeit in der Kategorie. Das heißt: für die Siegerzeit gibt es 100 Punkte, für die doppelte Siegerzeit 50 Punkte usw. .

Somit gibt es 2011 fünf Landesranglistenläufe, von denen die drei besten in die Wertung kommen. Um Ranglistensieger zu werden, ist eine Teilnahme an mindestens zwei Ranglistenläufen erforderlich.