



ZSSV-CONCORDIA-LANGLAUF CUP

Saison 2023/24

Hauptsponsor:



Co-Sponsoren:



Mit Optimismus in die Zukunft blicken

Die letzte Saison des ZSSV CONCORDIA Langlaufcups gestaltete sich in Bezug auf die Schneesituation als sehr schwierig. fünf von zehn Wettkämpfen fielen dem Schneemangel zum Opfer, die anderen konnten nur Dank grosser Initiative und Mehraufwand durchgeführt werden.

Der schneearme Winter 2022/2023 machte auch vor dem ZSSV CONCORDIA Langlaufcup nicht halt. So mussten der Burer Langlauf, der Entlebucher Neujahrslanglauf, der SWISS Langlauf Cross, der J+S Langlauf und der Langis-Sprint abgesagt werden. Die anderen Wettkämpfe konnten plangemäss durchgeführt werden – teilweise aber nur dank erheblichem Mehraufwand der jeweiligen Organisationskomitees. So fanden beispielsweise die ZSSV-Meisterschaften in Engelberg auf einem weissen Band aus übersommertem Schnee statt. Der Blick auf so ein weisses Band wirkt für manchen Aussenstehenden speziell. Für die Zentralschweizer Nordisch-Familie, insbesondere für den Langlauf-Nachwuchs, machte dies jedoch keinen Unterschied. Denn es herrschten trotzdem gute und faire Wettkampfbedingungen.

Regionale Wettkämpfe, insbesondere solche, die in tieferen Lagen ohne Möglichkeit der technischen Beschneidung durchgeführt werden, sind den schneeärmeren Wintern noch stärker ausgesetzt wie Wettkämpfe in höheren Rennserien, die für alle möglichen Szenarien vorbereitet sind. Dennoch ist die Wichtigkeit dieser regionalen Wettkämpfe für das ganze System im Skilanglauf extrem hoch. Regionale Wettkämpfe bilden die erste Stufe der Nachwuchsförderung. Hier haben junge Athletinnen und Athleten das

erste Mal die Möglichkeit, sich mit Gleichaltrigen aus einer ganzen Region zu messen.

Die ZSSV Meisterschaften 2024 finden traditionell am ersten Januarwochenende statt. Der SC Marbach wird diese Titelkämpfe am 07.01.2024 durchführen. Diese Meisterschaften bilden für viele junge Athletinnen und Athleten ein Highlight der Saison. Sich mit den Besten der Zentralschweiz zu messen und um Medaillen zu kämpfen, verspricht schon jetzt spannende Rennen.

An dieser Stelle danke ich allen Organisatoren, Vereinen und Teilnehmenden für ihr Engagement zur Durchführung der Cup-Saison 23/24. Ebenfalls danken möchte ich unseren treuen Sponsoren für ihre Unterstützung. Ihr alle leistet einen extrem wertvollen Beitrag zur Förderung des nordischen Skisports in der Zentralschweiz.

Es bleibt uns nur, optimistisch in die Zukunft zu blicken und zu hoffen, dass der nächste Winter wieder schneereicher sein wird. Ich wünsche allen Wettkämpferinnen und Wettkämpfern einen erfolgreichen und verletzungsfreien Winter sowie den Zuschauerinnen und Zuschauern spannende Wettkämpfe auf den Loipen der Zentralschweiz.

Pascal Wolf
Präsident

Hauptsponsor:



Co-Sponsoren:



Wettkampfkalender ZSSV-Langlauf-Cup Saison 23/24

Anlass	Termin 2023/2024	Informationen und Ausschreibung
54. Bürer-LL	10.12.2023	http://www.scbo.ch
46. Weihnachts-LL Unterschächen	17.12.2023	https://www.sc-unterschaechen.ch/weihnachtlanglauf/
Entlebucher Neujahrs-LL	02.01.2024	https://www.skiclub-entlebuch.ch/
ZSSV Langlaufmeisterschaften	07.01.2024	http://www.skiclub-marbach.ch
Swiss Langlauf CROSS	27.01.2024	https://www.scs-l.ch/swiss-langlauf-cross/
Schrattenlauf	28.01.2024	http://www.skiclub-marbach.ch
Nachtsprint Engelberg	02.02.2024	http://www.nsv-ski.ch
46. Nationaler Salwideli LL	11.02.2024	http://www.scfluehli.ch
LU J+S-LL Marbach	02.03.2024	http://www.skiclub-marbach.ch
Langis-Sprint	30.03.2024	https://www.skiclub-horw.ch/nordisch/langis_sprint

Weitere Informationen zu den Wettkämpfen auf:
<https://www.swiss-ski-kwo.ch/kwo/tk/index.php>

Hauptsponsor:



Co-Sponsoren:



CONCORDIA

CUP



Titlis Sport AG

Klosterstrasse 9
6390 Engelberg
T +41 41 639 60 70

Titlis Rent AG

Gerschnistrasse 12
6390 Engelberg
T +41 41 638 00 00

Titlis Trübsee Shop AG

Gerschnistrasse 12
6390 Engelberg
T +41 41 639 67 70

info@intersport-titlis.ch · www.intersport-titlis.ch

SEIT MEHR ALS 20 JAHREN HABEN WIR IM WINTER ZWEI LEIDENSCHAFTEN: SKIFAHREN UND LANGLAUF

Der Langlaufsport ist seit mehr als 12 Jahren immer mehr im Trend und seit 11 Jahren unterstützen wir bereits das Langlaufen im Engelbergertal.

Nun möchten wir gerne unsere Unterstützung auf die Zentralschweiz ausweiten.

Auf Anhieb waren wir begeistert, als wir erfahren haben, dass wir zukünftig beim ZSSV-Concordia Cup als weiteren Sponsor auftreten können.

Mit Begeisterung werden wir die jungen Athleten und Athletinnen im Nordisch Sport unterstützen und freuen uns auf die nächsten Jahre als deren Sponsor.

Neu haben wir auch die aktuellen Stöcke, von One Way, welche man sich farblich selber zusammenstellen kann, im Sortiment.

Wir sind bestrebt, immer die neusten Entwicklungen in unserem Sortiment anbieten zu können und haben auch für alle anderen Nordic Sport Fans spannende Angebote.

Allen Athleten und Athletinnen wünschen wir viel Erfolg in der kommenden Saison (und ausserdem einen unfallfreien Winter.)

Philipp, Adrian & Chris Felder mit INTERSPORT Titlis Team



THE HEART OF SPORT

 **INTERSPORT**[®]
TITLIS

Deine Lehre bei Marti Zentralschweiz



**Industrie- und
Unterlagsbodenbauer*in**



Maurer*in



**Baumaschinen-
mechaniker*in**



Strassenbauer*in

Bewirb dich jetzt!





MUESCH HA.
Das original mit Kornkraft



WELTCUP- PERFORMANCE FÜR ALLE.

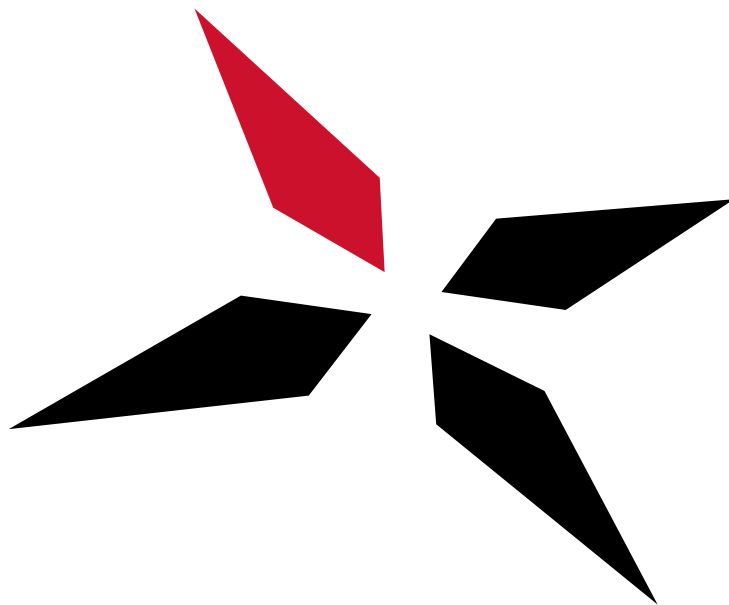
Die neuen Carbonlite Modelle.



Jeder kann von Technologien für die Weltbesten profitieren. Daher wurden die neuen Carbonlite Schuhe in Anlehnung an die Weltcup-Schuhe entwickelt und mit noch komfortablerer Passform und verbesserter Wärmeisolierung aufgewertet. Bei den neuen Carbonlite Skate Modellen wurde gegenüber den Vorgängern Gewicht eingespart und dafür die Performance spürbar gesteigert. Die Carbonlite Classic Modelle bieten erhöhte Stabilität beim gefühlvollen Abrollen, und behalten ihre Leichtigkeit bei. Optimale Energieübertragung und Kontrolle sind so für jeden erschwinglich.

SKIING IS NOT A LIFESTYLE. IT'S LIFE.

FISCHERSPORTS.COM



STANSNORD

Wachsen & Wirken



Die AVB AG Kreuzlingen wünscht allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern am ZSSV-Langlaufcup viel Erfolg. Sie freut sich, für die Kategorie U12 die Preise zu stiften.



Ein Trainingslagertag mit dem ZSSV-U16 Kader Langlauf/Biathlon im Schwarzwald aus Sicht der Athleten*innen

Früh morgens, wenn der Hahn kräht, geht es los mit der ersten Trainingseinheit, dem Morgenfooting. Je nach dem, was auf dem Trainingsplan steht, wird das Footing entsprechend angepasst. Daher stehen heute Imitationen für die klassisch Technik auf dem Programm. Danach geht es mit grossem Hunger zum Frühstücksbuffet. Im Skiinternat in Furtwangen ist das Frühstücksangebot reichlich mit Brot, Fleisch, Käse, Müesli, Jogurt, Milch, Tee und diversen Konfitüren bestückt. Dieses Angebot lassen wir uns natürlich nicht entgehen und füllen die Teller reichlich!



Gut gestärkt fahren wir um 9:00 Uhr mit den Bussen Richtung Rollskibahn los. Doch bereits kurz nach dem Städtchen Furtwangen halten wir an. Von da an laufen wir auf einer Nebenstrasse zur Rollskibahn. Dies bietet Abwechslung zu den Runden auf der Rollskibahn. Ungefähr nach einer halben Stunde erreichen wir die Rollskibahn in Schönwald, wo es mit einer Stafette rund um das Biathlonstadion in der Doppelstocktechnik weitergeht. Nach einem Input für die Doppelstocktechnik und ein paar Übungen starten wir mit einer weiteren Stafette und versuchen das Geübte umzusetzen. Und so haben wir uns schon eine Stärkung aus dem Bidon verdient. Der Rest des Vormittagstrainings ist



sehr individuell gestaltet. Wir bekommen athletenspezifische Technikinputs vom Trainer. Wir versuchen die Korrekturen umzusetzen und absolvieren dadurch gleichzeitig ein Ausdauertraining auf der 2.5 km langen Rollskibahn. Wir absolvieren einige Runden auch nur mit einem Stock, ohne Stöcke oder auch mit einem Miniband auf Kniehöhe. Auch schleppen wir die anderen Athleten*innen mit einer Seilschlinge ab oder sprinten den Berg hoch, was den Puls dann ganz schön in die Höhe treibt.

Zum Mittagessen fahren wir wieder zurück ins Skiinternat und nehmen dort das Mittagessen ein. Am Nachmittag steht Fusslauf auf dem Programm, was aber nicht nur bedeutet, etwas im Wald rumzuspringen. Wir absolvieren einen Postenlauf und müssen jeweils diverse Aufgaben an verschiedensten Posten lösen. Unter anderem gibt es für den längsten gefundenen Tannenzapfen zusätzliche Zeitbonifikationen.

Nachdem alle wieder den Weg zurück zur Rollskibahn gefunden haben, geht es wieder zurück zur Unterkunft. Dort spielen wir dann bis zum Abendessen noch Unihockey in der Turnhalle. Der Abend ist jeweils unterschiedlich gestaltet, aber meistens haben wir noch Trainingsgespräche und Videoanalysen. Um 22:00 Uhr sollen wir dann langsam ins Bett gehen. Spätestens wenn uns die Trainer mitteilen, es sei nun Zeit, wird dann auch das Licht gelöscht und geschlafen, denn morgen geht es schon wieder weiter mit dem nächsten Training.

Hauptsponsor:



Co-Sponsoren:



Reglement Langlauf-Cup 2023/24

1. Teilnahmeberechtigung

Startberechtigt ist jedermann. Gewertet werden nur Läuferinnen und Läufer, deren Stammclub dem ZSSV angeschlossen ist und für welchen sie auch starten.

2. Kategorien

Im ZSSV Concordia-Langlauf-Cup 2023/24 werden die nachfolgend aufgeführten Kategorien ausgewertet:

Mädchen U12	Knaben U12	2012-2013
Mädchen U14	Knaben U14	2010-2011
Mädchen U16	Knaben U16	2008-2009
Frauen U18 / U20	Männer U18 / U20	2004-2007
Frauen	Männer	1994-2003
Frauen Masters 1 – 2	Männer Masters 1 – 2	1984-1993
Frauen Masters 3 – 4	Männer Masters 3 – 4	1974-1983
Frauen Masters 5 – 6	Männer Masters 5 – 6	1964-1973
Frauen Masters 7 – 12	Männer Masters 7 – 12	1963 und älter

Die Wettkampfveranstalter haben darauf zu achten, dass die zusammengelegten Kategorien die gleiche Strecke absolvieren und bei Massenstart zusammen starten. Die Kategorien Masters sollen die gleiche Strecke wie die Hauptklasse der Frauen oder Männer absolvieren, damit sie auch um den Tagessieg laufen können. Die zusätzliche Cupwertung für die „Gesamtsiegerin Frauen“ und den „Gesamtsieger Männer“ wird ebenfalls aus den Kategorien Frauen/Männer und Masters berechnet. Bei Sprint- und XCX-Cross-Wettkämpfen wird aus Gründen der Vergleichbarkeit für diese beiden Kategorien (Gesamtsiegerin Frauen/Gesamtsieger Männer) die Prologzeit gewertet.

3. Punktesystem für alle Kategorien

Rang	Punkte
1	15
2	11
3	8
4	6
5	4
6	3
7	2
8	1

Hauptsponsor:



Co-Sponsoren:



4. Wertungsrennen

		Technik	U12	U14/U16	U18/U20	Frauen/Männer	Masters
	Anzahl gewertete Rennen		4	10	10	9	8
10.12.23	54. Burer Langlauf in Realp SC Büren-Oberdorf	K	X	X	X	X	X
17.12.23	46. Weihnachtlanglauf SC Unterschächen	F	X	X	X	X	X
02.01.24	48. Entlebucher Neujahrs-LL Finsterwald SC Entlebuch	K	X	X	X	X	X
07.01.24	ZSSV-Meisterschaften Marbach SC Marbach	F	X	X	X	X	X
27.01.24	SWISS Langlauf CROSS Langis SC Schwendi-Langis	S	X	X	X	X	X
28.01.24	Schrattenlauf Marbach SC Marbach	K	X	X	X	X	X
02.02.24	21. Nachtsprint Engelberg Nidwaldner Skiverband	S	X	X	X	X	X
11.02.24	46. Salwideli Langlauf SC Flühli	K	X	X	X	X	X
02.03.24	J+S Langlauf LU SC Marbach	F	X	X	X		
02.03.24	Absenden U12 Marbach						
30.03.24	26. Langis Sprint + Swiss Cup SC Horw	S		X	X	X	*
30.03.24	Absenden U14 & älter Langis Glaubenberg						

F = Freie Technik K = Klassisch S = Sprint Frei * = nur für Gesamtsieger/in

Infos über die Durchführung oder Verschiebung der Wettkämpfe finden Sie unter:
www.zssv.ch

Hauptsponsor:



Co-Sponsoren:



5. Preise

Die Anzahl der Preisberechtigten U14 und älter wird vom Cup Komitee festgelegt. In jedem Fall müssen mindestens drei Rennen bestritten werden. Ab dem 14. März 2024 wird die Anzahl der Preisberechtigten in der Zwischenrangliste auf www.zssv.ch publiziert. In den Kategorien U14 bis U20 werden als Hauptpreise den Siegern je ein paar Fischer Ski abgegeben. Die weiteren Preisberechtigten erhalten einen Einheitspreis. Für die Kategorie U12 sind alle preisberechtigt, die mindestens an drei Wettkämpfen teilgenommen haben. Für alle Preisberechtigten der Kategorie U12 wird ein separater Einheitspreis abgegeben.

Für die **Clubwertung** werden alle Cup-Punkte für die in der Rangliste aufgeführten Clubs aus den Kategorien U12 bis Masters 12 zusammengezählt. Die drei Clubs mit den höchsten Punktzahlen werden mit den Preisgeldern: Fr. 500.- / 300.- / 200.- in bar ausgezeichnet. Bei Punktegleichheit entscheidet das bessere Total des Nachwuchses, bei nochmaliger Punktegleichheit wird der Preis aufgeteilt.

Die „**Gesamtsiegerin Frauen**“ und der „**Gesamtsieger Männer**“ werden aus den Kategorien Frauen/Männer und Masters ermittelt. Die Gesamtsiegerin und der Gesamtsieger erhalten Spezialpreise, gesponsert von der Concordia Krankenkasse.

6. Absenden

U12

Preise werden nur an Läuferinnen und Läufer abgegeben, welche am Absenden teilnehmen oder sich schriftlich beim Cup-Komitee entschuldigen. Das Absenden für die Kategorien U12 findet am 02. März 2024, im Anschluss an die Siegerehrung des J+S Langlaufes in Marbach statt.

U14 und älter

Preise werden nur an Läuferinnen und Läufer abgegeben, welche am Absenden teilnehmen oder sich schriftlich beim Cup-Komitee entschuldigen. Das Absenden findet am 30. März 2024, im Anschluss an den Langis-Sprint im Berghotel Langis statt. Die Preisberechtigten erhalten zu gegebener Zeit eine Einladung für das Absenden und einen Gutschein für das Nachtessen. Nicht abgeholte Preise gehen ans Cup-Komitee zurück.

7. Punktegleichheit

Bei Punktegleichheit entscheiden:

1. die Anzahl der besseren Ränge in den Einzelrennen;
2. das bessere Resultat im letzten Wertungsrennen.

Hauptsponsor:



Co-Sponsoren:



8. Proteste

Proteste gegen die Wertung, bzw. gegen die auf www.zssv.ch publizierte Rangliste sind schriftlich zu richten an: Ursula Felder, Hochwald 2, 6173 Flühli.

Die Proteste werden im Cup-Komitee behandelt und abschliessend entschieden. Der Entscheid wird schriftlich mitgeteilt.

Werden bei Massenstartrennen offensichtlich gemeinsame Zieleinläufe abgesprochen, erhalten alle Beteiligten in jedem Falle nur die niedrigsten in dieser Gruppe zur Verteilung gelangenden Punkte.

Cup-Komitee

Wolf Pascal	Kanalweg 1 6074 Giswil	T M	079 439 24 84 wolf@scs-l.ch
Briker Urs	Grossriedweg 4 6460 Altdorf	T M	079 420 82 72 urs.briker@bluemail.ch
Deflandre Lilian	Sternenriedplatz 1 6048 Horw	T M	079 530 48 85 lilian.spoering@bluemail.ch
Hartmann Franco	Geissensteinring 12 6005 Luzern	T M	078 693 87 99 hartmannfranco@gmail.com
Felder Ursula	Hochwald 2 6173 Flühli	P M	041 488 27 61 koni.felder@bluewin.ch

Hauptsponsor

CONCORDIA Versicherungen, 6002 Luzern

Co-Sponsoren

Fischer GmbH, 7310 Bad Ragaz
Titlis-Sport AG, 6390 Engelberg
Hug AG Darvida, 6102 Malter
Marti Bau AG, 6002 Luzern
Petan Immobilien AG, 6362 Stansstad

Kategorien-Sponsor

AVB AG, 8280 Kreuzlingen (TG)

Hauptsponsor:



Co-Sponsoren:



Hauptsponsor:



Co-Sponsoren:





Geht es Lisa gut, geht es uns allen gut.

Und damit das so bleibt,
sind wir ein ganzes Leben lang
an deiner Seite.

CONCORDIA
gemeinsam gesund

Erstklassige
Gesundheits-
beratung:

4.8 / 5
Punkten