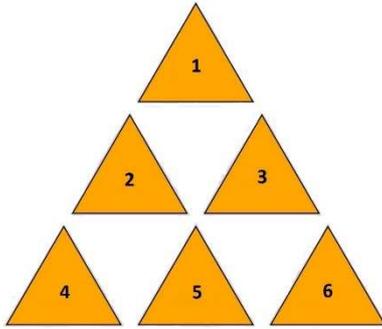


Vereinspyramide des ULC Sparkasse Langenlois



**MACH DICH BEREIT
FÜR'S LAUF-DUELL**



DABEI SEIN UND SPASS HABEN!





ULC – Vereinspyramide REGLEMENT



Inhaltsverzeichnis:

1. FÜR FRAGEN UND ANREGUNGEN ZUR ULC-PYRAMIDE STEHT EUCH DAS ULC PYRAMIDEN-TEAM ZUR VERFÜGUNG 3
2. UNSERE GEMEINSAME ULC-PYRAMIDE IST FÜR MÄNNER UND FRAUEN ALLER ALTERSKLASSEN 3
3. DURCH LAUF-DUELLE VON ULC-MITGLIEDERN AUF DER LANGENLOISER LAUFBAHN KOMMT BEWEGUNG IN DIE ULC-PYRAMIDE 3
4. EIN ULC-MITGLIED DARF ALLE ULC-MITGLIEDER IN DER GLEICHEN REIHE LINKS VON IHM UND ALLE ULC-MITGLIEDER IN DER NÄCHSTHÖHEREN REIHE RECHTS VON IHM HERAUSFORDERN 4
5. DUELLTERMINE WERDEN AUTOMATISCH VORGESCHLAGEN UND SIND VOM HERAUSGEFORDERTEN ULC-MITGLIED AUSZUWÄHLEN 5
6. TERMINE FÜR EIN LAUFDUELL SIND AM DIENSTAG UM 19:30 UND AM SAMSTAG UM 8:00 MÖGLICH 5
7. DAS HERAUSFORDERNDE ULC-MITGLIED STARTET AUF DER INNENBAHN UND DAS HERAUSGEFORDERTE ULC-MITGLIED AUF DER AUßENBAHN 6
8. BEIM LAUF-DUELL WIRD VERSETZT GESTARTET UND ES MUSS EINE HALBE LAUFBAHNRUNDE AUFGEHOLT WERDEN 6
9. SOBALD EIN ULC-MITGLIED DAS ANDERE ÜBERHOLT HAT, IST DAS LAUF-DUELL ZU ENDE, UND ES GEWINNT. 6
10. EIN ULC-MITGLIED, WELCHES IN DIE ULC- PYRAMIDE EINSTEIGEN WILL, WIRD AN DIE LETZTE POSITION GEREIHT. 6



ULC – Vereinspyramide REGLEMENT



1. Für Fragen und Anregungen zur ULC-Pyramide steht euch das ULC Pyramiden-Team zur Verfügung

Erweiterungen oder Änderungen des Reglements bzw. die Einarbeitung von Ideen werden durch das ULC Pyramiden-Team besprochen und über eine Umsetzung abgestimmt. Kontakt: pyramide@ulc-langenlois.at

Das ULC-Pyramiden Team besteht aus folgenden ULC-Mitgliedern:

- Günther Mistelbauer (Vorstandsmitglied)
- Philipp Naber (Vorstandsmitglied)
- Bernhard Gintenstorfer
- Philipp Gintenstorfer
- Andreas Hoidn
- Tanja Schmidt

2. Unsere gemeinsame ULC-Pyramide ist für Männer und Frauen aller Altersklassen

Die Pyramide baut auf jedes einzelne ULC-Mitglied. Basierend auf ein breites Fundament kann sich jedes ULC-Mitglied seine individuellen Ziele in der ULC-Pyramide setzen. Wir freuen uns auf viele spannende Duelle. Durch eure Teilnahme bringen wir Bewegung in die ULC-Pyramide und fördern die Gemeinschaft im Verein. Nur gemeinsam können wir unsere ULC-Pyramide vergrößern.

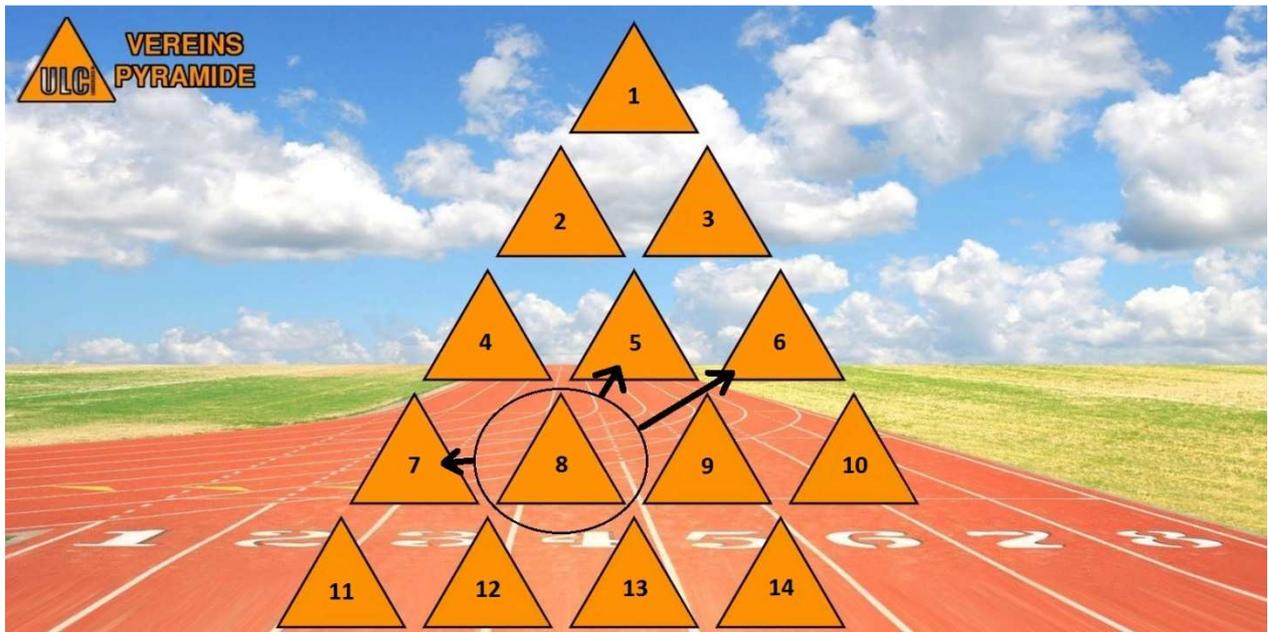
Sobald in der aktuellen ULC-Pyramide 10 Damen angemeldet sind, wird eine eigene Pyramide für diese Damen erstellt. Ein weiterer Ausbau auf Pyramiden für verschiedene Altersklassen ist bei entsprechender Teilnahme vorstellbar.

3. Durch Lauf-Duelle von ULC-Mitgliedern auf der Langenloiser Laufbahn kommt Bewegung in die ULC-Pyramide

Veränderungen in der ULC-Pyramide erfolgen mittels Lauf-Duellen zwischen ULC-Mitgliedern die zu festgelegten Terminen immer auf der Langenloiser Laufbahn stattfinden.

4. Ein ULC-Mitglied darf alle ULC-Mitglieder in der gleichen Reihe links von ihm und alle ULC-Mitglieder in der nächsthöheren Reihe rechts von ihm herausfordern

Ein ULC-Mitglied kann jenes ULC-Mitglied zu einem Lauf-Duell herausfordern, welches sich in der gleichen Reihe links von ihm befindet (in der Skizze kann das ULC-Mitglied auf Rang 8 das ULC-Mitglied auf Rang 7 herausfordern) oder alle ULC-Mitglieder, die in der nächsthöheren Reihe rechts von ihm stehen (in der Skizze kann das ULC-Mitglied auf Rang 8 die ULC-Mitglieder auf Rang 5 oder auf Rang 6 herausfordern).



Ausnahme: Das auf Rang 3 liegende ULC-Mitglied darf zusätzlich zum Rang 2 auch das auf Rang 1 liegende ULC-Mitglied fordern.

Solange ein ULC-Mitglied noch ein offenes Lauf-Duell hat (egal ob als Herausforderer oder als Herausgeforderter), kann es von keinem anderen ULC-Mitglied herausgefordert werden, und kann auch selbst keine weiteren ULC-Mitglieder herausfordern.

Nach einem abgeschlossenen Lauf-Duell muss das Ergebnis noch am gleichen Tag auf der ULC-Homepage eingetragen werden.



ULC – Vereinspyramide REGLEMENT



5. Duelltermine werden automatisch vorgeschlagen und sind vom herausgeforderten ULC-Mitglied auszuwählen

Das Herausgeforderte ULC-Mitglied wird per @mail mit einem Link direkt auf die ULC-Homepage von der Herausforderung informiert und muss einen der vier vorgeschlagenen Termine auf der Homepage akzeptieren oder das Duell ablehnen. Ein gewählter Termin muss mindestens 5 Tage vorher bestätigt werden, sonst verfällt dieser Termin und es können nur noch spätere Termine ausgewählt werden. Kann oder will das herausgeforderte ULC-Mitglied keinen der vier Termine wahrnehmen oder hat das Duell vorzeitig abgelehnt, so gilt das herausfordernde ULC-Mitglied automatisch als Sieger, und die beiden tauschen ihre Position in der Pyramide. Entscheidet sich das ULC-Mitglied für einen der vier Termine, so findet das Duell an dem ausgewählten Tag statt. Sollte ein ULC-Mitglied zum vereinbarten Termin nicht erscheinen, verliert es automatisch das Duell.

6. Termine für ein Laufduell sind am Dienstag um 19:30 und am Samstag um 8:00 möglich

Ein ULC-Mitglied kann ein anderes ULC-Mitglied nur dann zu einem Lauf-Duell herausfordern, wenn es selbst an den vorgeschlagenen Terminen der kommenden zwei Wochen (vier Termine) Zeit hat, um auf der Langenloiser Laufbahn das Duell auszutragen.

Grundsätzlich sollten die 4 vorgeschlagenen Termine für ein Duell genutzt werden.

Es besteht aber auch die Möglichkeit in Abstimmung der beiden Duell-Teilnehmer, einen Termin mit beliebiger Uhrzeit und an einem beliebigen Tag auszumachen, der jedoch innerhalb des Zeitraumes der vorgeschlagenen Termine liegt.

Wenn mehrere Lauf-Duelle an einem Termin erfolgen, werden verschieden farbige "Überzieher" für den Oberkörper an die Lauf-Duell Pärchen ausgegeben.



ULC – Vereinspyramide REGLEMENT



7. Das herausfordernde ULC-Mitglied startet auf der Innenbahn und das herausgeforderte ULC-Mitglied auf der Außenbahn

Zuteilung der Bahnen für Lauf-Duelle auf der Langenloiser Laufbahn:

- Innenbahn: hier laufen alle herausfordernden ULC-Mitglieder
- Mittelbahn: Nur zum Überholen von ULC-Mitgliedern, die auf der gleichen Bahn laufen
- Außenbahn: hier laufen alle herausgeforderten ULC-Mitglieder

8. Beim Lauf-Duell wird versetzt gestartet und es muss eine halbe Laufbahnrunde aufgeholt werden

Die beiden ULC-Mitglieder starten versetzt auf der Laufbahn, sodass sie nach vorne und hinten jeweils den gleichen Abstand zum anderen ULC-Mitglied haben. Das Startkommando erfolgt von einem ULC-Mitglied. Die Laufrichtung ist gegen den Uhrzeigersinn und ein Duell dauert maximal 30 Minuten. Wenn es bis dahin keine Überholung gibt, bleiben die Positionen unverändert.

9. Sobald ein ULC-Mitglied das andere überholt hat, ist das Lauf-Duell zu Ende, und es gewinnt.

- Gewinnt das herausgeforderte ULC-Mitglieder, so bleiben die Positionen in der ULC-Pyramide so, wie sie es vorher waren.
- Gewinnt das herausfordernde ULC-Mitglieder, so tauschen die beiden ihre Plätze in der ULC-Pyramide.

Eines der beiden ULC-Mitglieder welches das Lauf-Duell gelaufen ist, gibt das Ergebnis noch am gleichen Tag auf der ULC-Homepage ein.

10. Ein ULC-Mitglied, welches in die ULC- Pyramide einsteigen will, wird an die letzte Position gereiht.

Ein neues ULC-Mitglied wird in der ULC-Vereinspyramide an die letzte Position gereiht. Es kann sofort ein anderes ULC-Mitglied herausfordern, um den ersten Schritt zu machen, sein individuelles Ziel zu erreichen.