

# Hinweise zu unseren Walking | Nordic-Walking Wettbewerben

Werte Sportler,

bitte beachtet, dass das Walken / Nordic-Walken bei unseren Veranstaltungen **kein** Geher-Wettkampf ist.

Das sportliche Gehen ist nicht Bestandteil des Walkens /Nordic-Walkens. Dies ist eine spezielle, eigenständige Disziplin, für die es gesonderte Wettbewerbe gibt.

**Der reine Geher- Stil ist bei uns nicht zugelassen.**

\* Für alle Walker erfolgt eine Zeitmessung, aber keine Unterteilung in Walker und Nordic-Walker.

\* In die Wertung der Walker | Nordic Walker werden nur walkende Sportler aufgenommen.

\* Walker, welche Streckenteile (**auch nur wenige Meter**) laufen/rennen werden aus der Walking-Wertung genommen und nicht im Protokoll in der Walking-Wertung aufgeführt. Es erfolgt eine Umschreibung und Wertung bei den Läufern.

\* Sportler welche die Strecke in der Geschwindigkeit von 8,8 km/h (durchschnittlich schneller als 6:49 Minuten) je Kilometer walken, werden bei den Läufern gewertet. (Änderungen | Ausnahmen sind vorbehalten)

*Wichtig ist bei der Berechnung aber auch, dass die Streckenlänge vom Veranstalter korrekt genannt ist. Schon geringe Abweichungen können ungerechte Entscheidungen verursachen. Wird die Streckenlänge länger angegeben, als diese dann tatsächlich ist, kommt man schnell über die angegebene Grenze.*

Der derzeit festgelegte Grenzwert beruht auf Erfahrungen aus vielen Jahren Walken und den erzielten Siegerzeiten mit sauberer Walkingstil.

Bei einem Tempo von 6:49 min je Walkingkilometer benötigt man für einen Kilometer 6:49 Minuten. Die entspricht der Geschwindigkeit 8,8 km/h.