

RLZ Nordic Mittelbünden

Planoiras Jugendlauf

10. Januar 2026

Ausschreibung



 **CARGO**
GRISCHA CUP 2025/26

ACHTUNG NEUE AUSSCHREIBUNG

DER PLANOIRAS JUGENDLAUF WIRD IN DIE ROLAND ARENA NACH LANTSCH/LENZ
VERSCHOBEN

OK-Präsident:	Andrin Ehrler Sägenstrasse 24 7000 Chur ehrlar.andrin@gmail.com	078 672 19 08																																										
Wettkampfleiter:	Hitsch Heimo Skistrasse 20 7270 Davos Platz chheimo@bluewin.ch	079 637 34 36																																										
Streckenchef:	Urs Baselgia ursbaselgia@bluewin.ch	079 233 56 19																																										
Wettkampffart:	U8 – U20 Verfolgung nach Gundersen 1. Wettkampf Einzelstart klassisch 2. Wettkampf Verfolgung frei																																											
Anmeldung:	über KWO https://kwo.swiss-ski.ch/de/cross-country																																											
Anmeldeschluss:	Mittwoch, 07. Januar 2026																																											
Startgeld:	U8 - U20 CHF 15.00 Ab 08. Januar 2026 Nachmeldegebühr CHF 10.00																																											
Infos:	Andrin Ehrler ehrlar.andrin@gmail.com / www.nordicmittelbuenden.ch	078 672 19 08																																										
Distanzen:	<table><tr><td>U8 Mädchen</td><td>0.9 km / 0.9 km</td><td>1.2 km / 1.2 km</td></tr><tr><td>U8 Knaben</td><td>0.9 km / 0.9 km</td><td>1.2 km / 1.2 km</td></tr><tr><td>U10 Mädchen</td><td>1.6 km / 1.6 km</td><td>1.6 km / 1.6 km</td></tr><tr><td>U10 Knaben</td><td>1.6 km / 1.6 km</td><td>1.6 km / 1.6 km</td></tr><tr><td>U12 Mädchen</td><td>2.4 km / 2.4 km</td><td>2.0 km / 3.2 km</td></tr><tr><td>U12 Knaben</td><td>2.4 km / 2.4 km</td><td>2.0 km / 3.2 km</td></tr><tr><td>U14 Mädchen</td><td>4.8 km / 3.2 km</td><td>2.9 km / 4.0 km</td></tr><tr><td>U14 Knaben</td><td>4.8 km / 4.8 km</td><td>2.9 km / 4.8 km</td></tr><tr><td>U16 Mädchen</td><td>5.7 km / 3.8 km</td><td>4.0 km / 4.8 km</td></tr><tr><td>U16 Knaben</td><td>5.7 km / 5.7 km</td><td>4.8 km / 5.8 km</td></tr><tr><td>U18 Frauen</td><td>1.9 km* / 5.7 km</td><td>2.9 km / 5.8 km</td></tr><tr><td>U18 Herren</td><td>1.9 km* / 7.6 km</td><td>2.9 km / 8.7 km</td></tr><tr><td>U20 Frauen</td><td>1.9 km* / 5.7 km</td><td>2.9 km / 5.8 km</td></tr><tr><td>U20 Herren</td><td>1.9 km* / 7.6 km</td><td>2.9 km / 8.7 km</td></tr></table>		U8 Mädchen	0.9 km / 0.9 km	1.2 km / 1.2 km	U8 Knaben	0.9 km / 0.9 km	1.2 km / 1.2 km	U10 Mädchen	1.6 km / 1.6 km	1.6 km / 1.6 km	U10 Knaben	1.6 km / 1.6 km	1.6 km / 1.6 km	U12 Mädchen	2.4 km / 2.4 km	2.0 km / 3.2 km	U12 Knaben	2.4 km / 2.4 km	2.0 km / 3.2 km	U14 Mädchen	4.8 km / 3.2 km	2.9 km / 4.0 km	U14 Knaben	4.8 km / 4.8 km	2.9 km / 4.8 km	U16 Mädchen	5.7 km / 3.8 km	4.0 km / 4.8 km	U16 Knaben	5.7 km / 5.7 km	4.8 km / 5.8 km	U18 Frauen	1.9 km* / 5.7 km	2.9 km / 5.8 km	U18 Herren	1.9 km* / 7.6 km	2.9 km / 8.7 km	U20 Frauen	1.9 km* / 5.7 km	2.9 km / 5.8 km	U20 Herren	1.9 km* / 7.6 km	2.9 km / 8.7 km
U8 Mädchen	0.9 km / 0.9 km	1.2 km / 1.2 km																																										
U8 Knaben	0.9 km / 0.9 km	1.2 km / 1.2 km																																										
U10 Mädchen	1.6 km / 1.6 km	1.6 km / 1.6 km																																										
U10 Knaben	1.6 km / 1.6 km	1.6 km / 1.6 km																																										
U12 Mädchen	2.4 km / 2.4 km	2.0 km / 3.2 km																																										
U12 Knaben	2.4 km / 2.4 km	2.0 km / 3.2 km																																										
U14 Mädchen	4.8 km / 3.2 km	2.9 km / 4.0 km																																										
U14 Knaben	4.8 km / 4.8 km	2.9 km / 4.8 km																																										
U16 Mädchen	5.7 km / 3.8 km	4.0 km / 4.8 km																																										
U16 Knaben	5.7 km / 5.7 km	4.8 km / 5.8 km																																										
U18 Frauen	1.9 km* / 5.7 km	2.9 km / 5.8 km																																										
U18 Herren	1.9 km* / 7.6 km	2.9 km / 8.7 km																																										
U20 Frauen	1.9 km* / 5.7 km	2.9 km / 5.8 km																																										
U20 Herren	1.9 km* / 7.6 km	2.9 km / 8.7 km																																										

* Prolog mit Zeitgutschrift 1. 8 Sek, 2. 5 Sek, 3. Sek

Start/Ziel: ~~Luziuswiese, Lenzerheide~~ **NEU Roland Arena Lantsch/Lenz**

Wettkampfbüro: Samstag, 10. Januar 2026
08:00 - 09:00 Uhr ~~Mehrzweckhalle Lenzerheide~~ **NEU Quadrin**

Programm:	08.00 - 09.00 Uhr	Startnummernausgabe
	09.30 Uhr	Einzelstart 15 Sek. Intervall
	11:30 Uhr ca.	Start Divisioning Special Olympics
	12:00 Uhr ca.	Loipenpräparation skating
	13:00 Uhr	Verfolgung nach Gundersen
	15:10 Uhr ca.	Start Finale Special Olympics
	16.30 Uhr ca.	Rangverkündigung

Verpflegung: ~~Mehrzweckhalle Lenzerheide~~ **NEU Quadrin Roland Arena**
Anmeldung für Pasta-Party direkt an ehrlar.andrin@gmail.com
erwünscht

Versicherung: ist Sache der Teilnehmer

Startliste/Rangliste: www.lenzerheide-timing.ch / www.nordicmittelbuenden.ch

Preise: Alle AthletInnen erhalten einen Erinnerungspreis,
Medaillen für die ersten drei pro Kategorie

Garderobe: ~~Mehrzweckhalle Lenzerheide~~ **NEU Quadrin und Nordic House**

Organisatoren: OK Planoiras, RLZ Nordic Mittelbünden, SSC Rätia Chur,
LLC Bual Lantsch/Lenz

Regionalsponsoren



Gönner

Willy Sport, Zuoz (www.willy-sport.ch)



Fähndrich Sport, Pontresina (www.faehndrich-sport.ch)



Boom Sport, St. Moritz (www.boom-sport.ch)



Activ Sport, Lenzerheide (www.activ-sport.ch)



Hofmänner Sport, Davos (www.hofmaenner.com)



Bieler Sport, Bonaduz (www.bielersport.ch)

