

Omlopen bij regionale wedstrijden

Vanaf 1 april 2023 gaan de omlopen op de regionale wedstrijden er een beetje anders uitzien. Er komt een nieuwe korte omloop van 3km, die technisch uitdagend is, maar die fysiek minder zwaar is en geen obstakels bevat. Het doelpubliek zijn de heren ouder dan 80 en de dames ouder dan 70. Voor hen geen posten meer aan een steile afgraving of in een diepe put. Die omloop vervangt de lange gemakkelijke omloop, waarop weinig deelnemers waren, maar waarover de clubs meldden dat daarvoor verhoudingsgewijs veel extra posten nodig waren.

Vanaf de Paascross op Baeckelandt zien de omlopen er als volgt uit:

	Afstand	Categorieën
1	9,0 km	H-20, H21, H35
2	7,0 km	H-18, H40, H45, H50, D-20, D21
3	5,5 km	H-16, H55, H60, D-16, D-18, D35, D40, D45
4	4,0 km	H-14, H65, D-14, D50, D55
5	3,0 km	H-10, H-12, H70, H75, D-10, D-12, D60, D65
6	3,0 km	H80+, D70+ (fysiek minder zwaar, geen obstakels, technisch uitdagend)
7	4,5 km	Open (posten vlakbij een pad)
8	3,0 km	H-10, H-12, D-10, D-12 (posten vlakbij een pad)

De eerste 6 omlopen zijn technisch zo moeilijk als het terrein toelaat. Bij omlopen 7 en 8 daarentegen staan de posten maximaal 30 meter van een pad af en zijn ze vanaf dat pad vanop een hoogte van 1 meter zichtbaar.

Volwassenen mogen in eender welke omloop deelnemen. In het geval dat ze in een omloop voorzien voor een oudere categorie lopen, worden ze niet gerangschikt, maar komen ze onderaan de uitslag terecht. Voor jongeren mag er enkel langer gelopen worden in samenspraak met de trainers.

Andere puntentelling City en Forest Cup

Het opmaken van de klassementen voor de City Cup en de Forest Cup zal enkele kleine aanpassingen krijgen om ervoor te zorgen dat punten enkel in een rechtstreeks duel te behalen zijn. Dat werd door meerdere lopers en loopsters terecht aangekaart per mail, per SMS of mondeling.

Twee voorbeelden:

- D40 loopt gewoonlijk omloop 2 (voor D21). Zij kreeg voorheen punten op basis van haar resultaat in omloop 2, maar die punten werden in D40 bijgeteld. Er waren dus 2 D40 die 1000 punten konden behalen, zonder rechtstreekse concurrentie te zijn geweest. In het nieuwe systeem gaat zij de punten bij de D21 krijgen en gaan de andere D40 die in de voorziene omloop 3 liepen geen last hebben van haar.
- H35 loopt omloop 1. Hij was de beste H35 met 900 punten, na Evert Leeuws (H21). In het oude systeem zou er geen enkele H35 1000 punten gescoord hebben. In het nieuwe systeem krijgt hij in twee categorieën punten: 900 bij de H21 en 1000 bij de H35.

Het algemene principe is dus dat je punten krijgt in elke categorie waarvoor je potentieel zou kunnen uitkomen in de omloop die je loopt. Voor elke categorie voorzien in een omloop is er een aparte puntentelling volgens het Schotse systeem.