



Tössbacka Cupen

Hur räknar vi ut handicaptiden?

Hela idén med Tössbacka Cupen är att alla ska ha möjlighet att vinna. Tössbacka Cupens motto har ju alltid varit "Träning och motion på egen nivå". Motionären kan alltså vinna över elitlöparen. För att det ska lyckas behöver vi räkna ut ett handicap, där den långsammare får starta tidigare än den snabba, på så sätt, att båda teoretiskt kommer samtidigt i mål.

För att kunna räkna ut handicaptiderna behöver vi ett testlopp. Cupens första deltävling utgör grunden för det.

Ett enkelt exempel hur vi räknar ut handicap på basen av löptiderna på till exempel 10km:

Löptid(resultat)		Handicap i minuter(startlista)	
Löpare	A 40 minuter	Löpare	D +00:00 minuter
	B 41 minuter		C +01:00 minuter
	C 42 minuter		B +02:00 minuter
	D 43 minuter		A +03:00 minuter

Startlistan blir nu en omvänd resultatlista.

Exemplet visar en resultatlista där löpare A sprang 3 minuter snabbare än löpare D.

I startlistan får således löpare D handicaptiden +00:00 och löpare A handicaptiden +03:00. Löpare A startar alltså 3 minuter senare.

Löpare B och C placeras omvänt däremellan.

Teoretiskt borde alla löpare nu komma samtidigt i mål.

Till den sista deltävlingen räknar vi ut handicap på basen av medellöptiderna från de två första loppen.

