

Westdeutsche Senioren-Hallen- und Winterwurf-Meisterschaften

- Termin:** Sonntag, 09. Januar 2005
Ort: Leichtathletik-Halle im Arena-Sportpark
Düsseldorf, Europaplatz
Veranstalter: Westdeutscher Fußball- und Leichtathletik-Verband e. V.
Ausrichter: Leichtathletik-Verband-Nordrhein e. V.
Örtl. Ausrichter: LVN-Kreis Düsseldorf/Neuss
Meldungen an: Leichtathletik-Verband Rheinland
Postfach 201354, 56013 Koblenz, Fax: 0261/9144103
(dreifach auf DLV-Meldebogen)
Meldeschluss: 21. Dezember 2004 (Posteingang)

Meisterschaftswettbewerbe Senioren-Hallenmeisterschaften

- Einzel M30-M70:** 60 m, 200 m, 800 m, 1500 m, Hoch, Weit, Kugel
Einzel W30-W65: 60 m, 200 m, 400 m, 1500 m, Hoch, Weit, Kugel
Staffel M30/35, M40/45, M50/55, M60, W30/35, W40/45, W50: 4 x 200 m

Meisterschaftswettbewerbe Senioren-Winterwurfmeisterschaften

- M30/35, M40/45, M50/55, M60, W30/35, W40/45, W50:** Diskus, Hammer, Speer

Sprunghöhen

Hochsprung

- M30, M35: 1,50 m, Steigerung bis 1,80 m je 5 cm, dann 3 cm
M40, M45: 1,35 m, Steigerung bis 1,65 m je 5 cm, dann 3 cm
M50, M55: 1,20 m, Steigerung bis 1,50 m je 5 cm, dann 3 cm
M60, M65: 1,10 m, Steigerung bis 1,30 m je 5 cm, dann 3 cm
M70: 0,95 m, Steigerung bis 1,20 m je 5 cm, dann 3 cm
W30, W35: 1,20 m, Steigerung bis 1,50 m je 5 cm, dann 3 cm
W40, W45: 1,00 m, Steigerung bis 1,20 m je 5 cm, dann 3 cm
W50-W65: 0,80 m, Steigerung bis 1,05 m je 5 cm, dann 3 cm

Teilnahmeberechtigung: Teilnahmeberechtigt sind alle Senioren und Seniorinnen, die für einen Verein oder eine LG der drei westdeutschen Leichtathle-

WDM Senioren Halle/Winterwurf

tik-Verbände startberechtigt sind und keiner Sperre unterliegen. Auf die VAO, § 3 (Übergangsmöglichkeiten), wird hingewiesen.

Wettkampfstätten: Die Halle darf nur mit Turnschuhen mit sauberen Sohlen, die nicht im Freien benutzt wurden, betreten werden. Die Winterwurfdisziplinen finden auf dem Werferplatz neben der Leichtathletik-Halle statt.

Wettkampfunterlagen/Stellplatz: Die Ausgabe der Wettkampfunterlagen erfolgt am Samstag ab 8.30 Uhr in der Halle. Der Stellplatz ist ausgeschildert.

Zeitplan

Zeit	M30/35	M40/45	M50/55	M60/65	M70
10.00	Speer	Speer	Diskus	Kugel 1	Kugel 2
10.30	60m ZE				
10.45		60m ZE			
11.00	Kugel 2	Kugel 2	60m ZE	Diskus	
			Speer		
11.15				60m ZE	60m ZE
12.00			Kugel 1		
12.30				Hoch 2	Hoch 1
12.40	200m ZE				
12.50	Weit 2		Weit 1		
12.55		200m ZE			
13.10			200m ZE	Speer	
13.15	Diskus	Diskus			
13.25				200m ZE	200m ZE
13.40		Weit 1			
14.00	Hoch 2			Weit 2	Weit 2
14.10	800m ZE				
14.15			Hoch 1		
14.20	Hammer	Hammer	Hammer	Hammer	
		800m ZE			
14.30			800m ZE	800m ZE	800m ZE
15.00		Hoch 2			
15.15	4x200m ZE	4x200m ZE			
15.25			4x200m ZE	4x200m ZE	
16.00	1500m ZE				
16.10		1500m ZE			
16.20			1500m ZE		
16.30				1500m ZE	1500m ZE

WDM Senioren Halle/Winterwurf

Zeit	W30/35	W40/45	W50/55	W60/65
10.00	Hammer	Hammer	Hammer	
10.45	Weit 1	Weit 1	Weit 2	Weit 2
11.45	60m ZE			
11.55		60m ZE		
12.00	Speer	Speer	Speer	
12.05			60m ZE	60m ZE
12.30		Hoch 1		
13.15			Kugel 2	Kugel 2
13.40	200m ZE			
13.45	Kugel 1	Kugel 1		
13.50		200m ZE		
14.00			200m ZE	200m ZE
14.15	Hoch 1			
14.20			Diskus	
14.45	400m ZE	400m ZE		
14.55			400m ZE	400m ZE
15.20	Diskus	Diskus		
15.35	4x200m ZE	4x200m ZE	4x200m ZE	
15.45			Hoch 1	Hoch 1
16.40	1500m ZE	1500m ZE	1500m ZE	1500m ZE

Hinweis: Bei gleicher Startzeit starten in allen Disziplinen die jüngeren Klassen zuerst!

Anreisehinweis: Der Arena-Sportpark mit der Leichtathletik-Halle befindet sich im Norden von Düsseldorf (ehemaliges Rheinstadion). Auf den jeweiligen Autobahnen bitten wir, die Ausschilderung „Messe/Stadion“ zu beachten. Die Bundesautobahn A 44 (Velbert-Mönchengladbach) führt von der Ausfahrt „Messe/Stadion“ direkt zu den Stadion-Parkplätzen. Von P2 zu Fuß am Rheinbad vorbei zur Leichtathletikhalle.

Anmerkungen: In Notfällen (z.B. Stau bei der Anreise) steht am Veranstaltungstag die Rufnummer 0173/5953794 zur Verfügung.

Bestellung ganz einfach und schnell!

Nutzen Sie den Online-Shop des LVR:

www.LVRheinland.de/shop