

Westdeutsche Meisterschaften Frauen/Männer

Termin: Sonntag, 05. Juni 2005
Ort: Bochum-Wattenscheid, Lohrheide-Stadion
Meldungen an: Leichtathletik-Verband Rheinland
 Postfach 201354, 56013 Koblenz, Fax: 0261/9144103
 (dreifach auf DLV-Meldebogen)
Meldeschluss: 17. Mai 2005 (Posteingang)

Mindestleistungen

Wettbewerb	Männer	Frauen
100m	11,30	12,80
200m	23,00	26,80
400m	50,70	61,70
800m	1:56,20	2:21,20
1500m	4:10,20	5:00,20
5000m	15:30,20	20:00,20
110/100m Hürden	16,80	16,80
400m Hürden	58,20	ohne
3000m Hindernis	10:30,20	
4x100m	46,20	ohne
Hoch	1,95	1,64
Stab	4,50	2,80
Weit	6,70	5,30
Drei	13,00	10,20
Kugel	13,50	11,00
Diskus	42,00	31,00
Hammer	45,00	ohne
Speer	55,00	35,00

Anfangshöhen

Hochsprung

Männer: 1,85 m, Steigerung bis 2,00 m je 5 cm, dann 3 cm
 Frauen: 1,54 m, Steigerung bis 1,64 m je 5 cm, dann 3 cm

Stabhoch

Männer: 4,10 m, Steigerung bis 4,50 m je 20 cm, dann 5 cm

Frauen: 2,40 m, Steigerung bis 2,80 m je 20 cm, dann 10 cm

Startunterlagen: Ab 9.00 Uhr am Stadioneingang**Umkleiden:** Im Stadion.**Stellplatz-Wettkampfbüro:** Im Stadion.

Wettkampfstätten: Das Lohrheidestadion ist vollständig mit Kunststoff ausgelegt. Spikes dürfen nur mit max. 6 mm langen Dornen verwendet werden. Beim Speerwurf und Hochsprung sind 9 mm lange Dornen erlaubt. Der Dreisprung der Frauen erfolgt vom 9-, 11- oder 13-Meter-Balken, der der Männer vom 11- oder 13-Meter-Balken. Hammerwurf wird auf der Nebenanlage ausgetragen.

Zeitplan und Wettbewerbe

Zeit	Männer	Frauen
11.00	Hammer VE	100m Hü VL
		Stab VE
11.15	110m Hü VL	Drei VE
		Speer VE
11.45	Hoch VE	
12.00	110m Hü E	
12.15		100m Hü E
12.30	400m ZE	
	Speer VE	
12.40		400m ZE
12.45	Drei VE	Hammer VE
12.50	100m VL	
13.05		100m VL
13.15	1500m ZE	
13.25		1500m ZE
13.45	Stab VE	
13.50	Kugel VE	
	100m ZE	
14.00		Diskus VE
		100m ZE
14.15	3000m Hi ZE	

Zeit	Männer	Frauen
14.20		Weit VE
14.40		Hoch VE
14.45	4x100m ZE	
14.55		4x100m ZE
15.05	800m ZE	
15.15		800m ZE
15.25	200m ZE	
15.30	Diskus VE Weit VE	
15.35		200m ZE
15.45		Kugel VE
15.50		400m Hü ZE
16.05	400m Hü ZE	
16.20		5000m ZE
16.45	5000m ZE	

Anreisehinweise: Aus Richtung Essen A40 bis Abfahrt Bochum-Wattenscheid/West, Abfahrt am Ende links (Ottostraße), nächste Ampel links (Berliner Straße, Richtung Lohrheidestadion), der Beschilderung „Lohrheidestadion“ folgen.

Telefon: In Notfällen (z.B. Stau bei der Anreise) stehen am Veranstaltungstag die Rufnummern 0171/5321675 und 0175/9425021 zur Verfügung.

