

# Rheinland-Meisterschaften Mehrkampf

**Vierkampf W/M14/15, Bestenkämpfe Einzel W/M12/13**

<b>Termin:</b>	Samstag/Sonntag, 08./09. Juli 2006
<b>Ort:</b>	Emmelshausen
<b>Ausrichter:</b>	LG VG Emmelshausen
<b>Meldungen an:</b>	Kai Mader, Buchenweg 3, 56291 Leiningen Fon: 06746/233137, E-Mail: kaimarinamader@aol.com (zweifach auf DLV-Meldebogen)
<b>Meldeschluss:</b>	28. Juni 2006 (Poststempel)

## Wettbewerbe

### Samstag

W14/15:	Siebenkampf, 1. Tag
WJB, WJA, Fr:	Siebenkampf, 1. Tag
WJB, WJA:	Vierkampf
M14/15:	Achtkampf, 1. Tag
MJB, MJA, Mä:	Zehnkampf, 1. Tag
MJB, MJA:	Fünfkampf

### Sonntag

W14/15:	Siebenkampf, 2. Tag
WJB, WJA, Fr:	Siebenkampf, 2. Tag
M14/15:	Achtkampf, 2. Tag
MJB, MJA, Mä:	Zehnkampf, 2. Tag

Einzel- und Mannschaftswertung.

## Anfangshöhen

### Hochsprung

Männer:	1,50 m, Steigerung 3 cm
MJA:	1,36 m, Steigerung 3 cm
MJB:	1,32 m, Steigerung 3 cm
M14/15:	1,20 m, Steigerung 4 cm
Frauen:	1,20 m, Steigerung 3 cm
WJB, WJA:	1,20 m, Steigerung 3 cm
W14/15:	1,12 m, Steigerung 4 cm

## Stabhoch

Männer:	2,20 m, Steigerung bis 2,60 m je 20 cm, dann 10 cm
MJA:	2,00 m, Steigerung bis 2,40 m je 20 cm, dann 10 cm
MJB:	1,90 m, Steigerung bis 2,30 m je 20 cm, dann 10 cm
M14/15:	1,70 m, Steigerung bis 2,10 m je 20 cm, dann 10 cm

Die Anfangshöhen sind mit der Meldung unbedingt anzugeben, sonst erfolgt die Einteilung bei der höheren Anfangshöhe!

**Teilnahmebeschränkung:** In den Klassen W/M12/13 dürfen die Schüler/innen höchstens für drei Einzeldisziplinen und zusätzlich Staffel gemeldet werden. Sie dürfen auch höchstens in den drei Einzeldisziplinen plus Staffel an den Start gehen. Bei Verstoß gegen diese Beschränkungen werden die Sportler/innen in allen gemeldeten und gestarteten Disziplinen disqualifiziert.

## Zeitplan

### Samstag

Zeit	Männer Zehnk.	MJA Zehnk.	MJB Zehnk.	Frauen Siebenk.	WJA Siebenk.	WJB Siebenk.
10.30			Hoch 1			
11.00						100m Hü
11.30					100m Hü	
11.40				100m Hü		
12.30						Kugel 2
13.00	100m			Hoch 1	Hoch 1	
13.10		100m				
13.20			100m			
13.45	Weit 1	Weit 1				
14.00			Kugel 1			100m
15.00	Kugel 1	Kugel 2				Hoch 2
16.00	Hoch 1	Hoch 1		Kugel 1	Kugel 1	
16.30			Weit 1			
17.45					200m	
18.00				200m		
18.15			400m			
18.30		400m				
18.45	400m					

# RM Mehrkampf

Rheinland

Zeit	W14/15 Siebenk.	M14/15 Achtk.	M13	M12	W13	W12
10.00			Diskus VE	Weit VE 1	Kugel VE 1	60m Hü ZE
10.10					60m Hü ZE	
10.15						Weit VE 2
10.20				60m Hü ZE		
10.30			60m Hü ZE			
11.00			Weit VE 1	Kugel VE 2	Diskus VE	
11.15					Hoch 2	
11.30						Kugel VE 1
12.00		80m Hü	Speer VE		Weit VE 1	
12.30	80m Hü					
13.00		Stabhoch	Kugel VE 1		Speer VE	
13.30			Hoch 2			
13.35	100m					
14.00				Speer VE		
14.30			75m VL			
14.45				75m VL		
15.00	Weit 1				75m VL	Speer VE
15.15				Diskus VE		75m VL
15.30			1000m			
15.40				1000m		
15.50						800m
16.00					800m	Diskus VE
16.15			75m EL			
16.20				75m EL		
16.25					75m EL	
16.35						75m EL
17.00		Diskus				
17.15			4x75m			
17.30	Speer				4x75m	
18.15		Weit 1				



# RM Mehrkampf

## Sonntag

Zeit	Männer Zehnk.	MJA Zehnk.	MJB Zehnk.	Frauen Siebenk.	WJA Siebenk.	WJB Siebenk.
10.00			Stabhoch	Weit 1	Weit 1	Speer
11.30				Speer	Speer	Weit 1
11.45	110m Hü					
12.00		110m Hü				
12.45	Diskus	Diskus				
13.00			110m Hü			
13.15						800m
13.30					800m	
13.45				800m		
14.00			Diskus			
14.15	Stabhoch	Stabhoch				
16.00			Speer			
17.00	Speer Gr. 1					
17.45	Speer Gr. 2					
18.20			1500m			
18.40		1500m				
19.00	1500m					

Zeit	W14/15 Siebenk.	M14/15 Achtk.	M15 Vierk.	M14 Vierk.	W15 Vierk.	W14 Vierk.
10.00			Hoch 1	Hoch 1	Hoch 2	Hoch 2
11.00		Kugel 1				
12.15			Kugel 1	Kugel 1	Kugel 2	Kugel 2
12.30		Hoch 2				
13.00	Hoch 1					
14.00						100m
14.10					100m	
14.30				100m		
14.40			100m		Weit 2	Weit 2
15.00		Speer				
15.15			Weit 1	Weit 1		
16.00	Kugel 1					
17.00		1000m M14				
17.20		1000m M15				
17.40	800m W14					
18.00	800m W15					