

Rheinland-Meisterschaften Mehrkampf

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

Termin:	Samstag, 31. Mai 2008, und Sonntag, 01. Juni 2008
Ort:	Dierdorf, Stadion im Schulzentrum
Örtl. Ausrichter:	TuS Dierdorf
Meldungen:	Walburga Rudolph, Eichenstr. 4, 56305 Puderbach Fon: 02684/1034, E-Mail: rudolph-puderbach@t-online.de
Meldeschluss:	21. Mai 2008 (Poststempel bzw. E-Mail-Eingang)

Wettbewerbe

Samstag

W/M12/13	Bestenkämpfe (Einzel)
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
W/M14/15:	Vierkampf

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
W13:	1,25 m, Steigerung bis 1,40 m je 5 cm, dann 3 cm
M13:	1,30 m, Steigerung bis 1,45 m je 5 cm, dann 3 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 nur für höchstens drei Einzeldisziplinen und zusätzlich Staffel gemeldet werden. Sie dürfen auch höchstens in den drei Einzeldisziplinen plus Staffel starten. Bei Verstoß gegen diese Beschränkungen werden die Sportler/innen in allen gemeldeten und gestarteten Disziplinen disqualifiziert.

Schüler/innen W/M13, welche am Samstag an den Bestenkämpfen teilgenommen haben, dürfen am Sonntag nicht beim Vierkampf der Klasse W/M14 starten.

Zeitplan-Hinweis: Es handelt sich um einen Rahmen-Zeitplan ! Nach Eingang der Meldungen wird ggf. ein neuer Zeitplan erstellt. Rechtzeitige Veröffentlichung erfolgt auf der Homepage des LVR.

TEAMBEKLEIDUNG für alle Sportarten

Bis zu 50% Preisnachlass!



Meddy's Laufladen

Hohenzollernstr. 109

Koblenz Tel.: 0261- 36656

RM Mehrkampf

Rahmenzeitplan

Samstag

Zeit	W14/15 Siebenk.	M14/15 Achtk.	M13	M12	W13	W12
10.00			Kugel VE			60m Hü ZE
10.15					60m Hü ZE	
10.30				60m Hü ZE	Diskus VE	Diskus VE
10.40			60m Hü ZE	Kugel VE		
10.50			Weit VE	Weit VE		
11.20					Kugel VE	
11.30			Diskus VE	Diskus VE		
12.00						Kugel VE
12.10					Weit VE	Weit VE
12.30		80m Hü				
12.50			Speer VE			
13.00	80m Hü					
13.30		Stab				
13.45			Hoch 2 VE	Speer VE		
14.15	100m					
14.35			75m VL		Speer VE	Speer VE
14.45				75m VL		
14.55					75m VL	
15.15	Weit 1					75m VL
15.45		Diskus	1000m E		Hoch VE	
16.00				1000m E		
16.10					800m E	
16.20						800m E
16.45			75m E			
16.50	Speer W15			75m E		
16.55		Weit 1			75m E	
17.00						75m E
17.30			4x75m ZE			
17.35	Speer W14				4x75m ZE	



Zeit	Männer Zehnk.	MJA Zehnk.	MJB Zehnk.	Frauen Siebenk.	WJA Siebenk.	WJB Siebenk.
10.30			Hoch 1			
11.10						100m Hü
11.50					100m Hü	
12.00				100m Hü		Kugel 2
13.30	100m			Hoch 1	Hoch 1	
13.40		100m				
13.50			100m			
14.10						100m
14.15	Weit 1	Weit 1				
14.35			Kugel 1			
14.45						Hoch 2
15.45	Kugel 1	Kugel 2				
16.45				Kugel 1	Kugel 2	
			Weit 2			
16.55	Hoch 1	Hoch 1				
17.50					200m	
18.00				200m		
18.15			400m			
18.30		400m				
18.40	400m					

Sonntag

Zeit	Männer Zehnk.	MJA Zehnk.	MJB Zehnk.	Frauen Siebenk.	WJA Siebenk.	WJB Siebenk.
10.00			Stab	Weit 1	Weit 1	Speer
11.20				Speer	Speer	Weit 1
11.40	110m Hü					
12.00		110m Hü				
12.20			110m Hü			
12.35	Diskus	Diskus				800m
12.45					800m	
12.55				800m		
13.55			Diskus			
14.00	Stab	Stab				
15.00			Speer			
16.20	Speer	Speer				
16.30			1500m			
17.20		1500m				
17.30	1500m					

RM Mehrkampf

Zeit	W14/15 Siebenk.	M14/15 Achtk.	M15	M14	W15	W14
10.00			Hoch 1	Hoch 2	Kugel 2	Weit 2
11.00		Kugel 1				
12.00				Kugel 1	Weit 2	Kugel 2
12.30	Hoch 1	Hoch 2				
12.55			Kugel 1			
13.30						100m
13.50					100m	
14.10				100m		
14.30	Kugel 1	Speer	100m			
15.00					Hoch 1	Hoch 2
15.20			Weit 1	Weit 2		
15.45	800m W14					
16.00	800m W15					
16.15		1000m M14				
16.20		1000m M15				

