

Westdeutsche Meisterschaften Frauen/Männer, Junioren/innen

Termin: Donnerstag, 11. Juni 2009
Ort: 47055 Duisburg, Leichtathletik-Stadion,
Margaretenstraße
Ausrichter: Leichtathletik-Verband Nordrhein e.V.
Örtl. Ausrichter: LVN-Kreis Duisburg/Mülheim
Meldungen an: Leichtathletik-Verband Rheinland
Postfach 201354, 56013 Koblenz, Fax: 0261/9144103
(dreifach auf DLV-Meldebogen)
Meldeschluss: 25. Mai 2009 (Posteingang)

Mindestleistungen

| Wettbewerb | Männer | Frauen | Junioren | Juniorinnen |
|--------------|----------|----------|----------|-------------|
| 100m | 11,00 | 12,70 | 11,15 | 12,90 |
| 200m | 22,60 | 26,00 | 22,90 | 26,60 |
| 400m | 49,50 | 58,70 | 51,50 | 60,20 |
| 800m | 1:54,80 | 2:18,20 | 1:57,20 | 2:22,20 |
| 1500m | 4:04,50 | 4:53,50 | 4:08,20 | 5:00,20 |
| 5000m | 15:15,00 | 19:00,00 | 15:45,20 | 19:30,00 |
| 100/110m Hü. | 15,80 | 15,80 | 16,00 | 16,30 |
| 400m Hürden | 58,50 | 65,20 | 58,70 | 67,00 |
| 3000m Hi. | 10:10,20 | ohne | – | – |
| 4x100m | 40,90 | 51,00 | 45,50 | 52,50 |
| Hoch | 1,95 | 1,64 | 1,94 | 1,63 |
| Stab | 4,50 | 3,30 | 4,20 | 3,20 |
| Weit | 7,00 | 5,55 | 6,60 | 5,50 |
| Drei | 13,50 | 11,30 | 13,20 | 11,00 |
| Kugel | 14,30 | 12,00 | 13,00 | 11,30 |
| Diskus | 43,50 | 36,00 | 40,00 | 34,00 |
| Hammer | 47,00 | 38,00 | 40,00 | 36,00 |
| Speer | 57,00 | 38,00 | 52,00 | 36,00 |

Durchführung: Im Rahmen der Veranstaltung werden die Westdeutschen Meister in den Männer/Frauen und Junioren/Juniorinnen durchgeführt und

WDM Mä/Fr, Junioren

die entsprechenden Meister und Platzierten ermittelt. Ein/e Athlet/in kann in einer Disziplin nur für eine Klasse gemeldet werden!

In den technischen Wettbewerben haben alle Teilnehmer drei Versuche und die acht besten Männer und Frauen und die acht besten Junioren bzw. Juniorinnen je drei weitere Versuche. Treten acht oder weniger Athleten in einer Klasse an, hat jeder von ihnen je sechs Versuche.

In den Sprintwettbewerben werden die Läufe der ersten Runde nach den gemeldeten Bestzeiten aller Teilnehmer besetzt. Aus den Vorläufen werden je nach Teilnehmerzahl mindestens acht Männer/acht Frauen und acht Junioren/innen berücksichtigt (sofern jeweils mindestens acht antreten).

Je nach Teilnehmerzahl der beiden Klassen können unterschiedlich viele weitere Athleten in die Zeitendläufe kommen. Die Zeitendläufe werden klassenübergreifend nach den Vorlaufzeiten aller Athleten gesetzt.

In allen anderen Laufwettbewerben werden die Läufe klassenübergreifend nach den gemeldeten Bestzeiten aller Athleten gesetzt.

Anfangshöhen

Hochsprung

Mä/Junioren: 1,85 m, Steigerung bis 1,90 m je 5 cm, dann 3 cm

Fr/Juniorinnen: 1,52 m, Steigerung bis 1,77 m je 5 cm, dann 3 cm

Stabhoch

Mä/Junioren: 3,90 m, Steigerung bis 4,30 m je 20 cm, dann 10 cm

Fr/Juniorinnen: 2,60 m, Steigerung bis 3,00 m je 20 cm, dann 10 cm

Wettkampfstätten: Der Dreisprung der Frauen/Juniorinnen erfolgt vom 9- bzw. 11 Meter-Balken. Der Dreisprung der Männer/Junioren vom 11- bzw. 13 Meter-Balken. Bei der Abgabe der Stellplatzkarten muss verbindlich angegeben werden, von welchem Balken gesprungen wird.

Wettkampfunterlagen/Stellplatz: Die Wettkampfunterlagen werden ab 08.30 Uhr am Stadioneingang ausgegeben. Der Stellplatz befindet sich im Stadion (beschildert).

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

www.LVRheinland.de

Die Internetadresse, die Sie sich merken sollten!

Zeitplan

| Zeit | Männer/Junioren | Frauen/Juniorinnen |
|-------|-----------------|--------------------|
| 11.00 | Hammer VE | 100m Hü VL |
| | Kugel VE | Stabhoch VE |
| 11.15 | 110m Hü VL | |
| 12.00 | 110m Hü ZE | Hammer VE |
| 12.10 | | 100m Hü ZE |
| 12.15 | | Kugel VE |
| 12.25 | 100m VL | |
| 12.40 | | 100m VL |
| 13.00 | Speer VE | Weit VE |
| 13.05 | 400m ZE | |
| 13.15 | | 400m ZE |
| 13.30 | Hoch VE | |
| 13.35 | 100m ZE | |
| 13.45 | | 100m ZE |
| 14.05 | 1500m ZE | |
| 14.15 | | 1500m ZE |
| | | Speer VE |
| 14.20 | Drei VE | |
| 14.35 | 3000m Hi E | |
| 15.00 | 4x100m ZE | |
| 15.15 | | 4x100m ZE |
| 15.30 | Stabhoch VE | Drei VE |
| | Diskus VE | |
| 15.35 | 800m ZE | |
| 15.40 | | Hoch VE |
| 15.45 | | 800m ZE |
| 16.05 | 200m ZE | |
| 16.15 | | 200m ZE |
| 16.25 | Weit VE | |
| 16.30 | | Diskus VE |
| 16.35 | | 400m Hü ZE |
| 16.50 | 400m Hü ZE | |
| 17.10 | | 5000m E |
| 17.35 | 5000m E | |

Anreisehinweis

Aus Richtung Norden/Nord-Ost: A3 und A2 aus Richtung Emmerich/Arnhem (NL) und Hannover über Autobahnkreuz Duisburg-Kaiserberg in Richtung Köln bis Ausfahrt Duisburg-Wedau, dann Richtung Sportpark Wedau.

Aus Richtung Osten: A40 aus Richtung Essen/Dortmund über Autobahnkreuz Duisburg, dann A59 Richtung Düsseldorf (bzw. Duisburg-Süd), Abfahrt Wanheimerort. Unten links, die nächste Straße (Ampel) rechts und an der nächsten Einmündung direkt wieder links.

Aus Richtung Süden: A3 aus Richtung Düsseldorf/Köln/Frankfurt bis Abfahrt Duisburg-Wedau, dann Richtung Sportpark Wedau.

Aus Richtung Westen: A40 aus Richtung Krefeld/Venlo (NL) bis Autobahnkreuz Duisburg, dann A59 Richtung Düsseldorf (bzw. Duisburg-Süd), Abfahrt Wanheimerort. Unten links, die nächste Straße (Ampel) rechts und an der nächsten Einmündung direkt wieder links.