

Westdeutsche Meisterschaften Schüler/innen M/W15

Termin: Sonntag, 21. Juni 2009
Ort: 57518 Betzdorf-Kirchen, Molzberg-Stadion, Auf dem Molzberg
Ausrichter: Leichtathletik-Verband Rheinland
Örtl. Ausrichter: DJK Betzdorf
Meldungen an: Leichtathletik-Verband Rheinland
 Postfach 201354, 56013 Koblenz, Fax: 0261/9144103
 (dreifach auf DLV-Meldebogen)
Meldeschluss: 08. Juni 2009 (Posteingang)

Startunterlagen: Ab 08.30 Uhr im Stadion (Kraftraum Molzberghalle).
Stellplatz und Wettkampfbüro: Im Stadion (Kraftraum Molzberghalle).

Umkleidemöglichkeit: Im Stadion (Molzberghalle).

Wettbewerbe und Mindestleistungen

Wettbewerb	M15	W15
100m	12,40	13,40
300m	39,00	44,00
800m	–	2:28,20
1000m	2:52,20	–
2000m	–	7:30,20
3000m	10:20,20	–
80m Hürden	12,90	13,20
300m Hürden	46,80	50,00
4x100m	49,20	54,20
Hoch	1,65	1,54
Stab	2,80	2,40
Weit	5,80	5,10
Drei	10,50	9,50
Kugel	12,80	10,50
Diskus	37,00	27,00
Hammer	22,00	20,00
Speer	41,00	30,00

Sprunghöhen

Hochsprung

M15: 1,55 m, Steigerung bis 1,65 m je 5 cm, dann 3 cm

W15: 1,44 m, Steigerung bis 1,54 m je 5 cm, dann 3 cm

Stabhochsprung

M15: 2,40 m, Steigerung bis 2,80 m je 20 cm, dann 10 cm

W15: 2,00 m, Steigerung bis 2,40 m je 20 cm, dann 10 cm

Teilnahmebeschränkung: Schüler/innen W/M14 sind nur in den Staffeln startberechtigt.

Dreisprungbalken

W15: 7 oder 9 m

M15: 9 oder 11 m

Der Bereich 7 m wird abgeklebt. Bei der Abgabe der Stellplatzkarten muss angegeben werden, von welchem Balken gesprungen wird.



Zeitplan

Zeit	M15	W15
09.30	Hammer VE	Hammer VE
10.00	Stab VE	Kugel VE NP
	Drei VE	Hoch VE
10.30		80m Hü VL
11.00	80m Hü VL	
11.30	Kugel VE NP	800m ZE
		Drei VE
		Diskus VE
11.50	1000m ZE	Stab VE
12.10	Hoch VE	80m Hü ZL
12.30	80m Hü ZL	
12.50	300m ZE	
13.05	Weit VE	300m ZE
	Diskus VE	
13.25		80m Hü E
13.35	80m Hü E	
13.45	100m VL	
14.05		100m VL
14.40	100m ZL	Weit VE
	Speer VE	
14.55		100m ZL
15.15	300m Hü ZE	
15.30		300m Hü ZE
15.45	100m E	
15.55		100m E
16.05	3000m ZE	Speer VE
16.35		2000m ZE
16.55		4x100m ZE
17.15	4x100m ZE	

NP = Nebenplatz

