

Rheinland-Meisterschaften Mehrkampf

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

Termin: Samstag, 27. Juni 2009, Sonntag, 28. Juni 2009
Ort: 54550 Daun, Wehrbüschstadion
Örtl. Ausrichter: TuS Daun
Meldungen an: Patrick Lohberg, Im Dreesflur 30, 54552 Darscheid
Fon: 06592/981 970, Fax: 06592/984 195
E-Mail: ploberg@hotmail.com
Meldeschluss: 17. Juni 2009 (Posteingang)

Wettbewerbe

Samstag

W/M12/13 Bestenkämpfe Vierkampf
(75m, Weit, Schlagb./Ball, 800/1000m)
W14/15: Siebenkampf, 1. Tag
WJB, WJA: Siebenkampf, 1. Tag
Frauen: Siebenkampf, 1. Tag
WJB, WJA: Vierkampf
M14/15: Achtkampf, 1. Tag
MJB, MJA: Zehnkampf, 1. Tag
Männer: 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

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: Die Sportler/innen des Jahrgangs 1996 dürfen entweder am Samstag am Vierkampf der W/M13 oder am Sonntag am Vierkampf W/M14 teilnehmen. Ein Start an beiden Tagen ist somit ausgeschlossen.

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 www.LVRheinland.de.



RM Mehrkampf

Rahmenzeitplan

Samstag

Zeit	W14/15 Siebenk.	M14/15 Achtk.	M13	M12	W13	W12
10.30					4x75m ZE	
10.40			4x75m ZE			
11.00						Schlagball
11.15				Weit		
11.45					Schlagball	
12.00			Weit			
12.30		80m Hü		Ball		
12.45						Weit
13.00	80m Hü					
13.15			Ball			
13.30		Stab			Weit	
14.15	100m					
14.35				75m		
14.45			75m			
14.55						75m
15.15	Weit 1				75m	
15.45		Diskus		1000m		
16.00			1000m			
16.10						800m
16.20					800m	
16.50	Speer W15					
16.55		Weit 1				
17.35	Speer W14					

Informationen?

Aktuell – Schnell – Kostenlos!

Dann melden Sie sich beim LVR-Newsletter an unter:

www.LVRheinland.de/newsletter

RM Mehrkampf

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	
16.45			Weit 2			
16.55	Hoch 1	Hoch 1				
17.50					200m	
18.00				200m		
18.15			400m			
18.30		400m				
18.40	400m					

Rheinland



RM Mehrkampf

Sonntag

Zeit	W14/15 Siebenk.	M14/15 Achtk.	M15 Vierk.	M14 Vierk.	W15 Vierk.	W14 Vierk.
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				

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					

Wenn's mal ganz schnell gehen muss: info@LVRheinland.de