

Rheinland-Meisterschaften

Mehrkampf

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

Termin: Samstag, 25. Juni 2011, und Sonntag, 26. Juni 2011
Ort: 56269 Dierdorf, Schulstr., Stadion im Schulzentrum
Ausrichter: TuS Dierdorf
Meldungen über: LA.net: <https://lanet.seltec-sports.de> oder
 Leichtathletik-Verband Rheinland
 Postfach 201354, 56013 Koblenz, Fax: 0261/9144103
 (einfach auf DLV-Meldebogen)
Meldeschluss: 15. Juni 2011 (Eingang)

Wettbewerbe

Samstag

W/M12/13 Bestenkämpfe 4x75 m und
 Vierkampf (75m, Weit, Schlagball/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: Siebenkampf, 2. Tag
 Frauen: Siebenkampf, 2. Tag
 M14/15: Achtkampf, 2. Tag
 MJB, MJA: Zehnkampf, 2. Tag
 Männer: Zehnkampf, 2. Tag
 W/M14/15: Vierkampf

Einzel- und Mannschaftswertung.

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

RM Mehrkampf

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 1998 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 Rahmenzeitplan! Nach Eingang der Meldungen wird ggf. ein neuer Zeitplan erstellt. Rechtzeitige Veröffentlichung erfolgt auf der Homepage des LVR www.LVRheinland.de.



Rahmenzeitplan

Samstag

Zeit	W14/15 Siebenk.	M14/15 Achtk.	M13	M12	W13	W12
10.30					4x75m	
10.40			4x75m			
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					

TEAMBEKLEIDUNG für alle Sportarten

Bis zu 50% Preisnachlass!



Meddy's Laufladen

Hohenzollernstr. 109

Koblenz Tel.: 0261- 36656

RM Mehrkampf

Zeit	Männer Zehnk.	MJA Zehnk. Fünfk.	MJB Zehnk. Fünfk.	Frauen Siebenk.	WJA Siebenk. Vierk.	WJB Siebenk. Vierk.
10.30			Hoch 1			
11.10						100m Hü
11.50					100m Hü	
12.00				100m Hü		Kugel 2
13.15						
13.30	100m	100m		Hoch 1	Hoch 1	
13.50			100m			
14.10						100m
14.15	Weit 1	Weit 1				
14.35			Kugel 1			
14.45						Hoch 2
15.45	Kugel	Kugel				
16.45			Weit 2	Kugel 1	Kugel 2	
16.55	Hoch 1	Hoch 1				
17.50					200m	
18.00				200m		
18.15			400m			
18.30		400m				
18.40	400m					

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	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				

RM Mehrkampf

Rheinland

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					
11.45						
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					

