

Nordrhein-Westfälische Meisterschaften M/W (offen)

- Termin:** Sonntag, 03. Juni 2012
Ort: 47055 Duisburg, Margaretenstraße, Leichtathletik-Stadion
Veranstalter: Leichtathletik-Verband Nordrhein e.V.
Ausrichter: LVN-Kreis Duisburg/Mülheim
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: 21. Mai 2012 (Eingang)

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

Meisterschaftswettbewerbe und Mindestleistungen

Männer: 100m (11,30), 200m (23,00), 400m (50,70), 800m (1:56,20), 1500m (4:10,00), 5000m (15:30,00), 110m Hürden (16,80), 400m Hürden (58,20), 4x100m (46,20), Hoch (1,95), Stabhoch (4,20), Weit (6,70), Drei (13,00), Kugel (13,50), Diskus (42,00), Hammer (38,00), Speer (55,00)

Frauen: 100m (12,80), 200m (26,80), 400m (61,20), 800m (2:21,20), 1.500m (5:00,00), 5000m (20:00,00), 100m Hürden (16,80), 400m Hürden (ohne), 4x100m (ohne), Hoch (1,60), Stabhoch (2,70), Weit (5,30), Drei (10,20), Kugel (11,00), Diskus (31,00), Hammer (20,00), Speer (35,00)

Informationen?

Aktuell – Schnell – Kostenlos!

Dann melden Sie sich beim LVR-Newsletter an unter:

www.LVRheinland.de/newsletter

Sprunghöhen

Hochsprung

Männer: 1,82 m, Steigerung bis 2,02 m je 5 cm, dann 3 cm

Frauen: 1,50 m, Steigerung bis 1,65 m je 5 cm, dann 3 cm

Stabhochsprung

Männer: 3,90 m, Steigerung bis 5,00 m je 10 cm, dann 5 cm

Frauen: 2,20 m, Steigerung bis 3,80 m je 10 cm, dann 5 cm

Wettkampfstätten: Für den Dreisprung stehen drei Balken (9 m, 11 m, 13 m) zur Verfügung. Mit der Abgabe der Stellplatzkarte ist verbindlich anzugeben, von welchem Balken gesprungen wird.

Durchführung: Diese Veranstaltung ist offen für Nordrhein, Westfalen und angrenzende Landesverbände. Der Sieger eines Wettbewerbs ist „Nordrhein-Westfalen-Meister“, auch wenn er aus einem anderen Landesverband (z.B. LVR) kommen sollte.

Wettkampfunterlagen/Stellplatz: Die Wettkampfunterlagen werden am Sonntag ab 9.00 Uhr im Stadiongebäude (1. Etage) ausgegeben. Dort befindet sich auch der Stellplatz.

Anreisehinweis

Aus Richtung Norden/Nord-Ost: A3 und A2 aus Richtung Emmerich/Arnheim (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.

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

NRW-Meisterschaften

Zeitplan

Zeit	Männer	Frauen
11.00	Hammer	100m Hü V
	Kugel	Stabhoch
11.15	110m Hü V	
12.00	110m Hü ZE	Hammer
12.10		100m Hü ZE
12.15		Kugel
12.25	100m V	
12.40		100m V
13.00	Speer	Weit
13.05	400m ZE	
13.15		400m ZE
13.35	100m ZE	
13.45	Hoch	100m ZE
14.05	1500m ZE	
14.15	Stabhoch	1500m ZE
14.20	Drei	Speer
15.00	4x100m ZE	
15.15		4x100m ZE
15.30	Diskus	Drei
15.35	800m ZE	
15.45		800m ZE
16.00		Hoch
16.05	200m ZE	
16.15		200m ZE
16.35		400m Hü ZE
16.45	Weit	Diskus
16.50	400m Hü ZE	
17.10		5000m F
17.35	5000m F	