Stand: 10.12.2012

Westdeutsche Hallen- und Winterwurf-Meisterschaften Senioren/innen

Termin: Samstag, 12. Januar 2013
Ort: 40474 Düsseldorf, Leichtathletik-Halle im Arena-Sportpark, Stockumer Höfe, P2
Veranstalter: Westdeutscher Fußball- und Leichtathletik-Verband
Ausrichter: Leichtathletik-Verband Nordrhein
Örtl. Ausrichter: LVN-Kreis Düsseldorf/Neuss, ART Düsseldorf e.V.
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: 17. Dezember 2012 (Eingang)

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

Wettbewerbe

Einzel M30-M80: 60m, 200m, 800m, 3000m, Hoch, Weit, Kugel, Diskus, Hammer, Speer
Einzel W30-W75: 60m, 200m, 800m, 3000m, Hoch, Weit, Kugel, Diskus, Hammer, Speer
Staffel M30, M35, M40, M50, M60, M70, W30, W35, W40, W50, W60: 4x200m

Mit Ausnahme der Staffel-Wettbewerbe ist eine Teilnahme nur in der Altersklasse möglich, der der Athlet/die Athletin angehört.
Nur wenn die Disziplin für diese Alterklasse nicht ausgeschrieben ist, ist die Teilnahme in der nächstjüngeren Altersklasse möglich.
Der Ausrichter behält sich vor, im Extremfall bei den Winterwurf-Wettbewerben bei zu hohen Teilnehmerzahlen die Anzahl der Versuche auf vier bzw. drei zu reduzieren.

FLVW und LVR: Barzahlung der Organisationsbeiträge am Wettkampftag.

Sprunghöhen

Hochsprung

M30, M35: 1,50 m, Steigerung bis 1,80 m je 5 cm, dann 3 cm
M40, M45: 1,35 m, Steigerung bis 1,65 m je 5 cm, dann 3 cm
M50, M55: 1,20 m, Steigerung bis 1,50 m je 5 cm, dann 3 cm
M60, M65: 1,10 m, Steigerung bis 1,30 m je 5 cm, dann 3 cm
M70, M75, M80: 0,95 m, Steigerung bis 1,20 m je 5 cm, dann 3 cm
W30, W35: 1,20 m, Steigerung bis 1,50 m je 5 cm, dann 3 cm
W40, W45: 1,00 m, Steigerung bis 1,20 m je 5 cm, dann 3 cm
W50-W75: 0,80 m, Steigerung bis 0,90 m je 5 cm, dann 3 cm

Wettkampfstätten: Die Halle darf nur mit Turnschuhen mit sauberen Sohlen, die nicht im Freien benutzt wurden, betreten werden. Die Winterwurfdisziplinen finden auf dem Werferplatz neben der Leichtathletikhalle statt.

Wettkampfunterlagen/Stellplatz: Die Ausgabe der Wettkampfunterlagen erfolgt am Samstag ab 8.30 Uhr in der Halle. Der Stellplatz ist ausgeschildert.

Zeitplan

Zeit	M30/35	M40/45	M50/55	M60/65	M70/75/80
10.00	Speer	Speer	Diskus	Hammer	Hammer
	Weit 1				
10.10					
10.20					
10.30					60m ZE
10.40				60m ZE	
10.45					
10.50			60m ZE		
11.00		60m ZE			
11.10	60m ZE				
11.15	Kugel 2	Kugel 1		Diskus	Diskus
11.20					
12.00					200m ZE
12.10			Hammer	200m ZE	
12.20			200m ZE		
12.30		200m ZE		Hoch 2	Hoch 1
12.40	Diskus	Diskus			
	200m ZE		Weit 2		Weit 1

Zeit	M30/35	M40/45	M50/55	M60/65	M70/75/80
12.50			Kugel 1		
13.00					
13.10					
13.20					
13.30				Speer	
14.00	800m ZE	Weit 1		Weit 2	Kugel 2
	Hoch 2				
14.10		800m ZE			
14.15			Hoch 1	Kugel 1	
14.20			800m ZE		
14.30	Hammer	Hammer	Speer	800m ZE	800m ZE
14.45					
14.55					
15.00		Hoch 2			
15.15	4x200m ZE	4x200m ZE			Speer
15.25			4x200m ZE	4x200m ZE	4x200m ZE
15.35					
15.45					
15.50	3000m ZE	3000m ZE	3000m ZE		
16.20				3000m ZE	3000m ZE

Westdeutsche

Zeit	W30/35	W40/45	W50/55	W60/65	W70/75
10.00	Kugel 1	Kugel 2	60m ZE	60m ZE	60m ZE
10.10		60m ZE			
10.20	60m ZE				
10.40			Weit 2	Weit 2	Weit 2
11.10	Weit 1	Weit 1	Hammer	Hammer	Hammer
11.20	Speer	Speer			
12.20			Speer	Speer	Speer
12.30		Hoch 1			
13.00	200m ZE				
13.10		200m ZE			
13.20	Hammer	Hammer	200m ZE		
13.30				200m ZE	200m ZE
14.00			Diskus	Diskus	Diskus
14.15	Hoch 1				
14.45	800m ZE	800m ZE			
14.55	Diskus	Diskus	800m ZE	800m ZE	800m ZE

WDM Senioren Halle/Winterwurf

Zeit	W30/35	W40/45	W50/55	W60/65	W70/75
15.35	4x200m ZE	4x200m ZE	4x200m ZE	4x200m ZE	
15.45			Hoch 1	Hoch 1	Hoch 1
			Kugel 2	Kugel 1	Kugel 1
16.50	3000 m ZE	3000 m ZE	3000 m ZE	3000 m ZE	3000 m ZE

Hinweis: Bei gleicher Startzeit starten in allen Disziplinen die jüngeren Klassen zuerst.

Anreise

Mit dem Auto: Der Arena-Sportpark mit der Leichtathletik-Halle befindet sich im Norden von Düsseldorf (ehemaliges Rheinstadion). Auf den jeweiligen Autobahnen bitten wir, die Ausschilderung „Messe/Arena“ zu beachten. Die Autobahn A44 (Velbert - Mönchengladbach) führt von der Ausfahrt „Messe/Arena“ direkt zu den Parkplätzen. Vom Parkplatz P2 zu Fuß am Rheinbad vorbei zur Leichtathletikhalle.
Bundesbahn: Ab Düsseldorf Hbf U78 bis „Arena-Sportpark/Messe-Nord“

Anmerkung: Da am Veranstaltungstag eine Veranstaltung in der ESPRIT-Arena stattfindet, ist das Parken auf den Messeparkplätzen kostenpflichtig.