

# Westdeutsche Hallen-Meisterschaften

**Termin:** Sonntag, 03. Februar 2013  
**Ort:** 44139 Dortmund, Strobelallee, Helmut-Körnig-Halle  
**Veranstalter:** Westdeutscher Fußball- und Leichtathletik-Verband  
**Ausrichter:** Fußball- und Leichtathletik-Verband Westfalen  
**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. Januar 2013 (Eingang)

In Notfällen (z.B. Stau bei der Anreise) steht am Veranstaltungstag die Rufnummer 0231/1204394 zur Verfügung.

**Startunterlagen:** Ab 8:00 Uhr am Halleneingang Strobelallee.

**Organisationsbeiträge:** Die Organisationsbeiträge sind bei Meisterschaften, die nicht im eigenen Landesverband stattfinden in bar bzw. per Scheck zu zahlen!

**Umkleidemöglichkeiten:** In der Helmut-Körnig-Halle.

**Stellplatz u. Wettkampfbüro:** In der Helmut-Körnig-Halle.

**Hinweise:** Die Gänge und Tribünen der Helmut-Körnig-Halle dürfen nicht mit Spikes betreten werden. Teilnehmer/innen, die gegen diese Anordnung verstoßen, können von der Hallenleitung mit Hallenverbot belegt werden. Alle Wettkampfstätten tragen Kunststoffbelag: Die Spikeslänge darf max. 6 mm betragen.

Bei Abgabe der Stellplatzkarte für den Dreisprung ist verbindlich anzugeben, von welchem Brett gesprungen wird.

**Anreisehinweise:** Innerhalb Dortmunds der Ausschilderung „Westfalenhalle/Westfalenstadion“ folgen.

## Mindestleistungen

Wettbewerb	Männer	Frauen	MJ U20	WJ U20
60m	7,15 (100m: 10,95)	8,10 (100m: 12,50)	7,40 (100m: 11,50)	8,30 (100m: 12,80)
200m	22,40	26,70	23,60	26,60
400m	50,00	59,00	52,70	61,70
800m	1:55,00	2:20,00	2:01,20	2:23,20
1500m	3:58,00	4:45,00	4:13,00	4:58,00
3000m	8:40,00	–	9:30,00	–
60m Hü	8,80 (110m Hü: 15,40)	9,30 (100m Hü: 15,40)	9,10 (110m Hü: U20 16,00/ U18 15,50)	9,50 (100m Hü: U20 16,40/ U18 15,90)
3000/5000m Ge.	30:00,00	20:00,00	ohne	ohne
4x200m	1:32,00 (4x100m: 42,50)	ohne	ohne	ohne
4x400m	ohne	–	–	–
Hoch	1,95	1,65	1,90	1,64
Stab	4,70	3,30	4,20	3,20
Weit	6,95	5,65	6,50	5,30
Drei	13,40	10,90	12,80	10,50
Kugel	14,00	11,80	13,00 (5kg U18: 14,00)	10,20 (3kg U18: 11,50)

## Anfangshöhen

### Hochsprung

Männer:	1,85 m, Steigerung bis 1,95 m je 5 cm, dann 3 cm
Frauen:	1,55 m, Steigerung bis 1,65 m je 5 cm, dann 3 cm
MJ U20:	1,80 m, Steigerung bis 1,90 m je 5 cm, dann 3 cm
WJ U20:	1,55 m, Steigerung bis 1,65 m je 5 cm, dann 3 cm

### Stabhochsprung

Männer:	4,40 m, Steigerung 10 cm
Frauen:	2,60 m, Steigerung 10 cm
MJ U20:	3,90 m, Steigerung 10 cm
WJ U20:	2,50 m, Steigerung 10 cm

Wenn's mal ganz schnell gehen muss:

**info@LVRheinland.de**

## Zeitplan

Zeit	Männer	Frauen	MJ U20	WJ U20
09.45	5000m Gehen F	3000m Gehen F	5000m Gehen F	3000m Gehen F
10.00	Drei		Drei	
10.30			Hoch	200m ZE
10.50			200m ZE	
11.00				Kugel
11.10		200m ZE		
11.20		Drei		Drei
11.30	200m ZE			
11.50				60m Hü ZV
12.00		Stab		Stab
		60m Hü ZV		1500m ZE
12.10			60m Hü ZV	Hoch
			1500m ZE	
12.20	60m Hü F	1500m ZE		
12.30	1500m ZE		Kugel	
12.50			Weit	60m Hü F
13.00		60m Hü F		
13.10			60m Hü F	
13.20	60m Hü F			
13.40				400m ZE
13.50		Hoch	400m ZE	
14.00		400m ZE		
		Kugel		
14.10	400m ZE			
14.20				800m ZE
				Weit
14.30			800m ZE	
14.40		800m ZE		
14.50	800m ZE			
15.00	Stab		3000m ZE	
			Stab	
15.10	Hoch			
15.15	3000m ZE			
15.30	Kugel			60m ZV
15.45			60m ZV	
15.50	Weit			
16.00		60m ZV		
16.15	60m ZV			
16.35				60m F

# WDM Halle

Zeit	Männer	Frauen	MJ U20	WJ U20
16.40			60m F	
16.50		60m F		
17.00	60m F			
17.05				4x200m ZE
17.20			4x200m ZE	
17.35		4x200m ZE		
17.50	4x200m ZE			
18.00	4x400m ZE			

