

# Westdeutsche Meisterschaften M/W, U23

- Termin:** Sonntag, 02. Juni 2013  
**Ort:** 47055 Duisburg, Margaretenstraße, Leichtathletik-Stadion  
**Veranstalter:** Westdeutscher Fußball- und Leichtathletik-Verband  
**Ausrichter:** Leichtathletik-Verband Nordrhein  
**Örtl. 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:** 20. Mai 2013 (Eingang)

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

## Mindestleistungen

| Wettbewerb  | Männer   | M U23    | Frauen   | W U23    |
|-------------|----------|----------|----------|----------|
| 100m        | 11,00    | 11,15    | 12,70    | 12,90    |
| 200m        | 22,60    | 22,90    | 26,00    | 26,60    |
| 400m        | 49,50    | 51,50    | 58,70    | 60,20    |
| 800m        | 1:54,80  | 1:57,20  | 2:18,20  | 2:22,20  |
| 1500m       | 4:00,20  | 4:08,20  | 4:47,20  | 5:00,20  |
| 5000m       | 15:15,00 | 15:45,20 | 19:00,00 | 19:30,00 |
| 110/100m Hü | 15,80    | 16,00    | 15,80    | 16,30    |
| 400m Hü     | 58,50    | 58,70    | 65,20    | 67,00    |
| 3000m Hi    | 10:10,20 | ohne     | –        | –        |
| 4x100m      | 44,90    | 45,50    | 51,00    | 52,50    |
| Hoch        | 1,95     | 1,94     | 1,64     | 1,63     |
| Stab        | 4,50     | 4,20     | 3,30     | 3,20     |
| Weit        | 7,00     | 6,60     | 5,55     | 5,50     |
| Drei        | 13,50    | 13,20    | 11,30    | 11,00    |
| Kugel       | 14,30    | 13,00    | 12,00    | 11,30    |
| Diskus      | 43,50    | 40,00    | 36,00    | 34,00    |
| Hammer      | 47,00    | 40,00    | 38,00    | 36,00    |
| Speer       | 57,00    | 52,00    | 38,00    | 36,00    |

## **Anfangshöhen**

### **Hochsprung**

Männer/M U23: 1,85 m, Steigerung bis 1,90 m je 5 cm, dann 3 cm

Frauen/W U23: 1,52 m, Steigerung bis 1,77 m je 5 cm, dann 3 cm

### **Stabhoch**

Männer/M U23: 3,90 m, Steigerung bis 4,30 m je 20 cm, dann 10 cm

Frauen/W U23: 2,80 m, Steigerung bis 3,00 m je 20 cm, dann 10 cm

**FLVW und LVR:** Barzahlung der Organisationsbeiträge am Wettkampftag

**Wettkampfunterlagen/Stellplatz:** Die Wettkampfunterlagen werden am Sonntag ab 8.30 Uhr im Stadiongebäude (1. Etage) ausgegeben. Dort befindet sich auch der Stellplatz.

**Wettkampfstätten:** Der Dreisprung der Frauen/Juniorinnen U23 erfolgt vom 9 m- bzw. 11 m-Balken, der Männer/Junioren U23 vom 11 m- bzw. 13 m-Balken. Bei der Abgabe der Stellplatzkarten muss verbindlich angegeben werden, von welchem Balken gesprungen wird.

## **Durchführung**

Im Rahmen der Veranstaltung werden die Westdeutschen Meisterschaften in den Klassen der Männer/Frauen sowie Junioren/Juniorinnen U23 durchgeführt und die entsprechenden Meister und Platzierten ermittelt.

**Ein Athlet kann in einer Disziplin nur für eine Klasse gemeldet werden (Ausnahme Staffeln)!**

In den **Sprintwettbewerben** werden die Läufe der ersten Runde nach den gemeldeten Bestleistungen aller Teilnehmer besetzt. Aus allen Vorläufen werden je nach Teilnehmerzahl mindestens acht Männer/Frauen UND acht Junioren/-innen berücksichtigt (sofern jeweils mindestens acht antreten). Je nach Teilnehmerzahl der beiden Klassen können unterschiedlich viele weitere Athleten in die Zeitendläufe kommen. Die Zeitendläufe werden klassenübergreifend nach den Vorlaufzeiten aller Athleten gesetzt.

In allen anderen **Laufwettbewerben** werden die Läufe klassenübergreifend nach den gemeldeten Bestzeiten aller Athleten gesetzt.

In den **technischen Disziplinen** werden die Wettbewerbe in den einzelnen Klassen getrennt durchgeführt.

## Zeitplan

| Zeit  | Männer      | M U23       | Frauen      | W U23       |
|-------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 10.30 | Hammer      | Hammer      |             |             |
| 10.45 |             |             |             | Kugel       |
| 11.00 |             |             | 100m Hü V   | 100m Hü V   |
|       |             |             | Stabhoch    | Stabhoch    |
| 11.15 | 110m Hü V   | 110m Hü V   |             |             |
|       |             | Hoch        |             |             |
| 11.45 |             |             | Hammer      | Hammer      |
| 12.00 | Kugel       | Kugel       |             |             |
| 12.15 | 110m Hü F   | 110m Hü F   |             |             |
| 12.25 |             |             | 100m Hü F   | 100m Hü F   |
| 12.45 | Speer       | Speer       |             |             |
|       | 100m V      | 100m V      |             |             |
|       | Hoch        |             |             |             |
| 13.00 | Drei        | Drei        |             |             |
| 13.10 |             |             | 100m V      | 100m V      |
| 13.15 |             |             | Kugel       |             |
| 13.45 | 400m ZE     | 400m ZE     |             |             |
| 13.55 |             |             | 400m ZE     | 400m ZE     |
| 14.00 |             |             |             | Diskus      |
| 14.10 | 100m ZE     | 100m ZE     |             |             |
| 14.15 |             |             | Drei        | Drei        |
|       |             |             | Hoch        |             |
| 14.20 |             |             | 100m ZE     | 100m ZE     |
| 14.30 | 1500m ZE    | 1500m ZE    |             |             |
| 14.40 |             |             | 1500m ZE    | 1500m ZE    |
| 15.00 | 3000m Hi ZE | 3000m Hi ZE |             |             |
| 15.15 |             |             | Speer       | Speer       |
|       |             |             | 3000m Hi ZE | 3000m Hi ZE |
| 15.30 | Stabhoch    | Stabhoch    |             |             |
|       | 4x100m ZE   | 4x100m ZE   |             |             |
| 15.45 | Weit        | Weit        | 4x100m ZE   | 4x100m ZE   |
|       |             |             |             | Hoch        |
| 16.05 | 800m ZE     | 800m ZE     |             |             |
| 16.15 |             |             | 800m ZE     | 800m ZE     |
| 16.30 | 200m ZE     | 200m ZE     | Diskus      |             |
| 17.00 |             |             | 200 m ZE    | 200m ZE     |
|       |             |             | Weit        |             |
| 17.30 | Diskus      | Diskus      | 400m Hü ZE  | 400m Hü ZE  |
| 17.45 | 400m Hü ZE  | 400m Hü ZE  |             |             |

# WDM M/W, U23

| Zeit  | Männer   | M U23    | Frauen   | W U23    |
|-------|----------|----------|----------|----------|
| 18.00 |          |          |          | Weit     |
| 18.10 | 5000m ZE | 5000m ZE | 5000m ZE | 5000m ZE |

## Anreisehinweis

**Aus Richtung Norden/Nord-Ost:** Autobahn A3 und A2 aus Richtung Emmerich/Arnhem (NL) und Hannover über Autobahnkreuz Duisburg-Kaiserberg in Richtung Köln bis Ausfahrt Duisburg-Wedau, dann Richtung Sportpark Wedau.

**Aus Richtung Osten:** Autobahn 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:** Autobahn A3 aus Richtung Düsseldorf/Köln/Frankfurt bis Abfahrt Duisburg-Wedau, dann Richtung Sportpark Wedau.

**Aus Richtung Westen:** Autobahn 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.

