

Rheinland-Meisterschaften Senioren

- Termin:** Sonntag, 12. Juni 2016
Ort: 54292 Trier, Zeughausstr. 88, Moselstadion
Ausrichter: Post-Sportverein Trier
Meldungen über: LA.net: <https://www.lanet2.de> oder
 Leichtathletik-Verband Rheinland
 Postfach 201354, 56013 Koblenz, Fax: 0261/9144103
 (einfach auf DLV-Meldebogen)
Meldeschluss: 03. Juni 2016 (Eingang)

In Notfällen (z.B. Stau bei der Anreise) steht am Veranstaltungstag die Rufnummer 0171/3814598 zur Verfügung.

Hinweis: Sportler können nur in der nächst niedrigeren Altersklasse starten, wenn die Disziplin nicht in der eigenen Altersklasse angeboten wird.

Stellplatz: 60 Minuten vor Wettkampfbeginn des jeweiligen Wettkampfes.

Startunterlagen: auf der Tribüne

Umkleiden/Duschen: im Stadion (unter der Tribüne)

Sprunghöhen Hochsprung

W30: 1,18 m, Steigerung 4 cm
W35: 1,14 m, Steigerung 4 cm
W40: 1,14 m, Steigerung 4 cm
W45: 1,10 m, Steigerung 4 cm
W50: 1,00 m, Steigerung 4 cm
W55: 0,92 m, Steigerung 4 cm
W60: 0,84 m, Steigerung 4 cm
W65: 0,80 m, Steigerung 4 cm

M30: 1,53 m, Steigerung 4 cm
M35: 1,49 m, Steigerung 4 cm
M40: 1,45 m, Steigerung 4 cm
M45: 1,41 m, Steigerung 4 cm
M50: 1,33 m, Steigerung 4 cm
M55: 1,25 m, Steigerung 4 cm
M60: 1,14 m, Steigerung 4 cm
M65: 1,06 m, Steigerung 4 cm
M70: 0,98 m, Steigerung 4 cm
M75: 0,90 m, Steigerung 4 cm

Wettbewerbe und Zeitplan

Zeit	W30-45	W50-75	M30/35	M40/45	M50/55	M60/65	M70/75	M80/85
10.00		Kugel	Weit 1	Weit 1	Weit 1			
		Hoch W50-65	5000m	5000m	5000m	5000m	5000m	
10.30								
11.00	Kugel		Diskus	Diskus	Diskus			
11.10	3000m	3000m						
11.20						Hoch	Hoch	
11.30	Weit 1	Weit 1						
11.45			100m					
11.50				100m				
11.55					100m			
12.05						100m		
12.10	Diskus	Diskus	Kugel	Kugel			100m	100m
12.30	100m		Hoch	Hoch	Hoch	Weit 1	Weit 1	Weit 1
12.40		100m						
12.50						Diskus	Diskus	Diskus
13.00	400m	400m W50/55						
13.10			400m	400m	Kugel			
13.20					400m	400m	400m	
13.40	800m	800m W50-70						
	Speer	Speer						
13.55	Hoch		800m	800m				
14.05					800m	800m		
14.15							800m	
14.30								
14.40			Speer	Speer	1500m	1500m	1500m	
14.45			1500m	1500m	Speer	Kugel	Kugel	Kugel
15.00	200m	200m W50/55						
15.10			200m					
15.15				200m				
15.20					200m			
15.30						200m	200m	
15.40						Speer	Speer	Speer

Zeitplanänderungen vorbehalten!