

# Westdeutsche Jugend- Meisterschaften M/W15

- Termin:** Sonntag, 26. Juni 2016  
**Ort:** 59759 Arnsberg-Hüsten, Am Solepark 4, Stadion Große Wiese  
**Veranstalter:** Westdeutscher Fußball- und Leichtathletik-Verband  
**Ausrichter:** Fußball- und Leichtathletik-Verband Westfalen  
**Meldungen über:** LA.net: <https://www.lanet2.de> oder  
 Leichtathletik-Verband Rheinland  
 Postfach 201354, 56013 Koblenz, Fax: 0261/9144103  
 (einfach auf DLV-Meldebogen)  
**Meldeschluss:** 13. Juni 2016 (Eingang)

In Notfällen (z.B. Stau bei der Anreise) steht am Veranstaltungstag die Rufnummer **0178/9682711** zur Verfügung.

## Organisationsbeiträge

- Einzelmeldung:** 6,00 EUR  
**Staffelmeldung:** 9,00 EUR

Teilnehmende Vereine, StG's und LG's aus dem Landesverband Rheinland zahlen die Organisationsbeiträge vor Ort.

## Wettbewerbe und Mindestleistungen

**M15:** 100m (12,40), 300m (39,00), 800m (2:14,20), 3000m (10:20,20), 80m Hürden (12,90), 300m Hürden (46,80), 4x100m (49,20), Hoch (1,65), Stabhoch (2,60), Weit (5,80), Drei (10,50), Kugel (12,80), Diskus (37,00), Speer (41,00)

**W15:** 100m (13,40), 300m (44,00), 800m (2:28,20), 3000m (**12:00,00**), 80m Hürden (13,20), 300m Hürden (50,00), 4x100m (54,20), Hoch (1,54), Stabhoch (2,40), Weit (5,10), Drei (9,50), Kugel (10,50), Diskus (27,00), Speer (33,00)

Wenn's mal ganz schnell gehen muss: [info@LVRheinland.de](mailto:info@LVRheinland.de)

Es stehen im Dreisprung 9- und 11 Meter-Balken zur Verfügung (ein 7 Meter-Balken wird abgeklebt). Bei der Abgabe ist der Balken anzugeben: M15: 9 oder 11 Meter, W15: 7 oder 9 Meter

Das Hammerwerfen ist nicht Bestandteil der Westdeutschen Meisterschaft M/W15. Eine Startmöglichkeit besteht im Rahmen der NRW-Hammerwurf-Meisterschaften am **04.06.2016** in Münster. Für Athleten aus dem Landesverband Rheinland ist ein Start „außerhalb der Wertung“ möglich – bei Vorliegen entsprechender Leistungen mit bis zu sechs Versuchen (lt. IWR 2016).

## Sprunghöhen

### Hochsprung

M15: 1,55 m, Steigerung bis 1,65 m je 5 cm, dann 3 cm

W15: 1,44 m, Steigerung bis 1,54 m je 5 cm, dann 3 cm

### Stabhochsprung

M15: 2,40 m, Steigerung bis 2,80 m je 20 cm, dann 10 cm

W15: 2,00 m, Steigerung bis 2,40 m je 20 cm, dann 10 cm

**Startunterlagen:** Die Ausgabe der Wettkampfunterlagen erfolgt am **26. Juni 2016** ab 08:00 Uhr.

**Stellplatz/Wettkampfbüro:** Im Stadiongebäude

## Anreisehinweise

Anreise über die A44 bis Autobahnkreuz Werl dann A445/A46 Richtung Arnsberg, Meschede.

Ausfahrt Arnsberg-Hüsten, erste Ampelkreuzung links, anschließend nochmals links. Straße folgen und nach Tankstelle links in die Straße „Am Solepark“ abbiegen, anschließend rechts auf den Parkplatz fahren. Ausschilderung Stadion/NASS.

**Bestellung ganz einfach und schnell!**

**Nutzen Sie den Online-Shop des LVR:**

**[www.LVRheinland.de/shop](http://www.LVRheinland.de/shop)**

## Zeitplan

| Zeit  | M15        | W15        |
|-------|------------|------------|
| 10.30 | 3000m ZE   | Stab       |
|       |            | Speer      |
| 10.50 | Drei       | 3000m ZE   |
| 11.10 | 80m Hü VL  | Kugel      |
| 11.35 |            | 80m Hü VL  |
| 12.00 |            | Drei       |
| 12.20 | Kugel      |            |
| 12.45 | 80m Hü ZL  |            |
| 13.00 |            | 80m Hü ZL  |
| 13.20 | Hoch       | Weit       |
| 13.30 | 300m ZE    |            |
| 13.40 |            | 300m ZE    |
| 13.55 | 80m Hü EL  | Diskus     |
| 14.05 | Stab       | 80m Hü EL  |
| 14.15 | 100m VL    |            |
| 14.30 | Weit       | 100m VL    |
| 15.15 | 100m ZL    | Hoch       |
| 15.30 | Diskus     | 100m ZL    |
| 15.50 | 300m Hü ZE |            |
| 16.00 |            | 300m Hü ZE |
| 16.15 | 800m ZE    |            |
| 16.25 |            | 800m ZE    |
| 16.35 | 100m EL    |            |
| 16.40 | Speer      | 100m E     |
| 17.20 | 4x100m ZE  |            |
| 17.35 |            | 4x100m ZE  |

Änderungen vorbehalten

