Stand: 12.12.2017

Offene NRW-Hallenmeisterschaften Senioren/innen

Termin: Sonntag, 14. Januar 2018
Ort: 40474 Düsseldorf, Leichtathletik-Halle im Arena-Sportpark, Stockumer Höfe, P2
Veranstalter: Leichtathletik-Verband Nordrhein e.V.
Ausrichter: LVN-Region Mitte
Örtl. Ausrichter: ART Düsseldorf e.V.
Meldungen über: **LA.net: https://www.lanet2.de**
Meldeschluss: 01. Januar 2018 (Eingang)

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

Organisationsbeitrag

Einzel: 11,00 € Staffel: 14,00 €

Meisterschaftswettbewerbe

Einzel M30, M35, M40, M45, M50, M55, M60, M65, M70, M75, M80, M85:
60m, 200m, 800m, 3.000m, Hoch, Weit, Kugel

Einzel W30, W35, W40, W45, W50, W55, W60, W65, W70, W75, W80:
60m, 200m, 800m, 3.000m, Hoch, Weit, Kugel

Staffel M30, M35, M40, M50, M60, M70: 4x200m
Staffel W30, W35, W40, W50, W60, W70: 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 Altersklasse nicht ausgeschrieben ist, ist die Teilnahme in der nächstjüngeren Altersklasse möglich.

Leichtathletik-Verband Rheinland e.V.
Der kompetente Fachverband für Ihren Verein!

Sprunghöhen

Hochsprung

M30, M35:	1,50 m, Steigerung 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-M85:	0,80 m, Steigerung bis 1,00 m je 5 cm, dann 3 cm
W30, W35:	1,20 m, Steigerung bis 1,25 m je 5 cm, dann 3 cm
W40, W45:	1,15 m, Steigerung bis 1,25 m je 5 cm, dann 3 cm
W50, W55:	1,15 m, Steigerung bis 1,25 m je 5 cm, dann 3 cm
W60-W80:	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.

Wettkampfunterlagen/Stellplatz: Die Ausgabe der Wettkampfunterlagen erfolgt am **Sonntag ab 8.00 Uhr** in der Halle. Der Stellplatz ist ausgeschildert.

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 Bundesautobahn 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“.

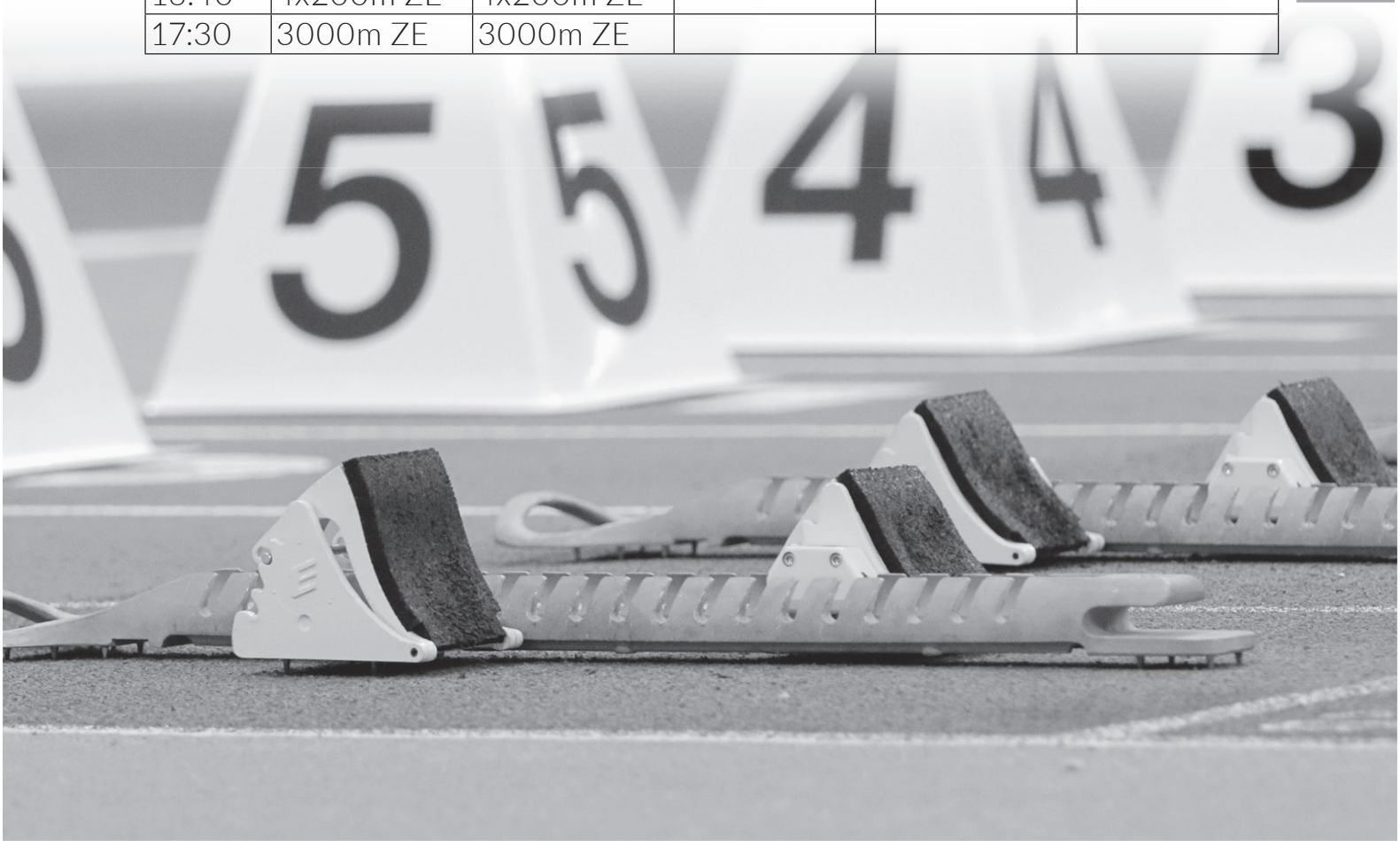
Anmerkung: Falls am Veranstaltungstag eine Veranstaltung in der Düsseldorfer Messe stattfindet, ist das Parken auf den Messeparkplätzen kostenpflichtig.

Zeitplan Senioren

Zeit	M30/35	M40/45	M50/55	M60/65	M70-M85
09:30	Weit 1		Weit 2 M55		60m ZE
10:10				60m ZE	
10:20			60m ZE		Kugel 2 M70
10:30		Kugel 1			
10:30		60m ZE			
10:40	60m ZE				
10:50					200m ZE
11:10			Kugel 2 M55	200m ZE	
11:15				Hoch 2	Hoch 1
11:30			200m ZE		
11:30			Kugel 1 M50		
11:50		200m ZE			
12:10	200m ZE				
12:50	Kugel 1		Weit 2 M50		
13:00		Weit 1			Kugel 2 M75/80/85
13:10			Hoch 1 M55		
13:40	800 m ZE				
13:50		800m ZE			
14:00			800m ZE		
14:10				800m ZE	
14:15				Weit 2	
14:20		Hoch 1			800m ZE
14:30					Weit 1 M70
14:50				Kugel 1	
15:15	Hoch 2		Hoch 2 M50		3000m ZE
15:40					Weit 2 M75-85
16:05				3000m	
16:50			4x200m ZE		
17:00	4x200m ZE	4x200m ZE			
17:10				4x200m ZE	4x200m ZE
18:00			3000m ZE		
18:30	3000m ZE	3000m ZE			

www.LVRheinland.de

Die Internetadresse, die Sie sich merken sollten!

Zeitplan Seniorinnen

Zeit	W30/35	W40/45	W50/55	W60/65	W70-W80
09:30	Kugel 1		Kugel 2		
09:40			60m ZE	60m ZE	60m ZE
09:50		60m ZE			
10:00	60m ZE				
10:30				Weit 2	Weit 2
10:50		Weit 1			
11:45			Weit 2		
12:00	Weit 1			Kugel 2	Kugel 2
12:10		Hoch 1			
12:40	200m ZE				
12:50		200m ZE		Hoch 2	Hoch 2
13:05			200m ZE		
13:20				200m ZE	200m ZE
13:50		Kugel 1			
14:00	Hoch 2		Hoch 2		
14:30	800m ZE				
14:40		800m ZE			
14:50			800m ZE		
15:00				800m ZE	800m ZE
15:40			3000m ZE	3000m ZE	3000m
16:30			4x200m ZE	4x200m ZE	4x200m ZE
16:40	4x200m ZE	4x200m ZE			
17:30	3000m ZE	3000m ZE