

Rheinland-Meisterschaften

10000 Meter

Mit Rahmenwettbewerben

Termin:	Samstag, 16. Juli 2022
Ort:	55543 Bad Kreuznach, Friedrich-Moebus-Stadion, Pfungstwiese
Ausrichter:	Lauffreunde Naheland Bad Kreuznach
Meldungen über:	LADV: https://ladv.de/ Fax: 0261/135282, Mail: info@LVRheinland.de
Meldeschluss:	07. Juli 2022 (Eingang)

In Notfällen (z.B. Stau bei der Anreise) steht am Veranstaltungstag die Rufnummer 0152/09068755 zur Verfügung.

Wettbewerbe und Zeitplan

Zeit	Klasse	Strecke/Disziplin
15:00	WJ U18/U20, Frauen	200m
15:15	MJ U18/U20, Männer	200m
15:30	WJ U18/U20, Frauen	400m
15:45	MJ U18/U20, Männer	400m
16:00	WJ U14/16/18/20, Frauen	800m
16:30	MJ U14/16/18/20, Männer	800m
17:00	WJ U18/U20, Frauen	1500m
17:15	MJ U18/U20, Männer	1500m
17:30	WJ U14	2000m
17:45	MJ U14	2000m
18:00	WJ U16/U18	3000m
18:15	MJ U16	3000m
18:30	WJ U18/U20, Frauen	5000m
19:00	MJ U18/U20, Männer	5000m
19:45	Frauen/Seniorinnen	10.000m
20:45	Männer/Senioren	10.000m

Startunterlagen: Im Stadion, Im Wettkampfbüro erhältlich

Stellplatz: 60min vor dem jeweiligen Wettbewerb

Kunststoffbahn: max. 6 mm Dornen erlaubt

Zielschluss:

1500m:	6:00 Minuten
5000m:	30:00 Minuten
10.000m:	60:00 Minuten

Umkleiden/Duschen: Im Stadion vorhanden und nutzbar

Siegerehrung: Direkt nach dem Abschluss des jeweiligen Wettbewerbes

Parkplätze: Ausreichend vorhanden