

Rheinland-Meisterschaften Mehrkampf M/W, U14-U20

Rheinland

Termin: Samstag, 29. Juni, und Sonntag, 30. Juni 2019
Ort: 57577 Hamm (Sieg), Am Sportplatz,
F.-W.-Raiffeisen-Stadion
Ausrichter: SG Niederhausen-Birkenbeul in der LG Sieg
Meldungen über: LA.net: <https://www.lanet2.de> oder
Leichtathletik-Verband Rheinland
201354, 56013 Koblenz, Fax: 0261/9144103
(einfach auf DLV-Meldebogen)
Meldeschluss: 20. Juni 2019 (Eingang)

In Notfällen (z.B. Stau bei der Anreise) steht am Veranstaltungstag die Rufnummer 0175/2465779 zur Verfügung.

Wettbewerbe (Einzel- und Mannschaftswertung)

Samstag

U14 (12/13): Vierkampf (75m, Weit, Ball, 800m), **4x75m**
U16 (14/15): Siebenkampf/Neunkampf 1. Tag
U18/U20: Siebenkampf/Zehnkampf 1. Tag
Frauen/Männer: Siebenkampf/Zehnkampf 1. Tag
WJ U18/20: Vierkampf
MJ U18/20: Fünfkampf

Sonntag

U16 (14/15): Vierkampf (100m, Hoch, Weit, Kugel)
U16 (14/15): Siebenkampf/Neunkampf 2. Tag
U18/U20: Siebenkampf/Zehnkampf 2. Tag
Frauen/Männer: Siebenkampf/Zehnkampf 2. Tag

Teilnahmebeschränkung: Die Sportler des Jahrgangs 2006 dürfen entweder am Samstag am Vierkampf der M/W13 oder am Sonntag am Vierkampf der M/W14 teilnehmen. Ein Start in der Staffel am Samstag und beim Vierkampf am Sonntag ist möglich.

Rahmenwettbewerb

Senioren: Zehnkampf

Leichtathletik-Verband Rheinland e.V.

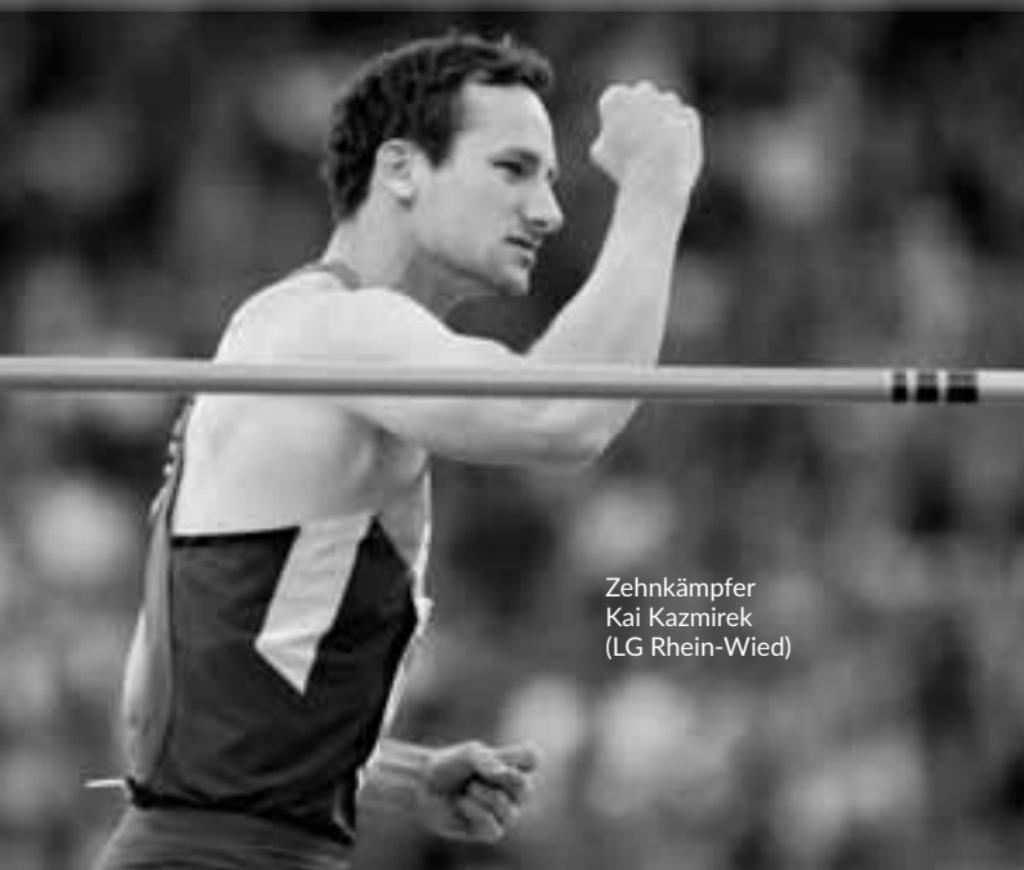
Der kompetente Fachverband für Ihren Verein

Anfangshöhen**Hochsprung**

Männer:	1,51 m, Steigerung 3 cm
MJ U20:	1,36 m, Steigerung 3 cm
MJ U18:	1,32 m, Steigerung 3 cm
MJ U16:	1,20 m, Steigerung 4 cm
Frauen:	1,20 m, Steigerung 3 cm
WJ U20/U18:	1,20 m, Steigerung 3 cm
WJ U16:	1,12 m, Steigerung 4 cm

Stabhoch

Männer:	2,20 m, Steigerung bis 2,60 m je 20 cm, dann 10 cm
MJ U20:	2,00 m, Steigerung bis 2,40 m je 20 cm, dann 10 cm
MJ U18:	1,90 m, Steigerung bis 2,30 m je 20 cm, dann 10 cm
MJ U16:	1,70 m, Steigerung bis 2,10 m je 20 cm, dann 10 cm



Zehnkämpfer
Kai Kazmirek
(LG Rhein-Wied)

Zeit So.	Männer	MJ U20	MJ U18	Frauen	WJ U20	WJ U18	MJ U16	M15	M14	W15	W14
10:00	Zehnk. Zehnk. Stab	Zehnk. Zehnk. Stab	Siebenk. Siebenk.	Siebenk. Siebenk.	Siebenk. Siebenk.	Siebenk. Siebenk.	Neunk. Vierkampf			Hoch	Hoch
10:10	110m Hü	110m Hü									
10:40	Diskus	Diskus	Weit	Weit							
11:10					Weit						
11:30			Speer	Speer		Hoch	Kugel				
11:45								Weit	Weit		
11:50											
12:00	Stab	Stab	800m	800m							
12:10											
12:20											
12:30											
12:45											
12:50											
13:00											
13:10											
13:15											
13:45											
14:15											
14:20											
14:30											
15:00											
15:15	1500m	1500m	1500m	1500m							