

Stand: 03.12.2019

Rheinland-Meisterschaften Senioren

Termin:	Donnerstag, 11. Juni 2020
Ort:	56564 Neuwied, Andernacher Str. 27, Rhein-Wied-Station
Ausrichter:	DJK Neuwieder LC e.V. in der LG Rhein-Wied
Meldungen über:	LA.net: https://www.lanet2.de oder Leichtathletik-Verband Rheinland Postfach 201354, 56013 Koblenz, Fax: 0261/9144103 (einfach auf DLV-Meldebogen)
Meldeschluss:	02. Juni 2020 (Eingang)

In Notfällen (z.B. Stau bei der Anreise) steht am Veranstaltungstag die Rufnummer 0171/2712092 zur Verfügung.

Hinweis: Sportler können nur in der nächst niedrigeren Altersklasse starten, wenn die Disziplin nicht in der eigenen Altersklasse angeboten wird. Sportler können in einer Disziplin nur für eine Altersklasse gemeldet werden. Bei außerordentlichen Umständen obliegt es dem Wettkampfleiter eine abweichende Regelung zu treffen (z.B. die Versuchszahl zu mindern).

Die Läufe werden altersklassenübergreifend nach den gemeldeten Zeiten gesetzt, für alle Sprints werden Stellplatzkarten ausgegeben. Diese müssten bis 60min vor dem Start mit Angabe der Saisonbestleistung abgegeben werden.

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
 W70: 0,76 m, Steigerung 4 cm
 W75: 0,72 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
 M80: 0,82 m, Steigerung 4 cm

Leichtathletik-Verband Rheinland e.V.

Der kompetente Fachverband für Ihren Verein

Wettbewerbe und Zeitplan

Zeit	M30/35	M40/45	M50/55	M60/65	M70-80	M85/90	W30-45	W50-75	W80	W85/90
10:00	5000m Weit	5000m Weit	5000m Weit	Speer	Speer	Speer	Hoch	Kugel	Kugel	Kugel
10:30				5000m	5000m		5000m	5000m	5000m	
11:00							Kugel			
11:20				Hoch	Hoch		Weit	Weit	Weit	
11:15										
11:20	Speer	Speer	Speer							
11:30	100m									
11:40		100m								
11:50			100m							
12:00				100m						
12:10					100m	100m				
12:15			Kugel							
12:30	Hoch	Hoch	Hoch				100m			
12:40								100m	100m	
12:45							Speer	Speer	Speer	Speer
13:00	400m	400m		Weit	Weit	Weit				
13:10			400m	400m	400m			400m		
13:20										
13:30	Kugel	Kugel								
13:40	1500m	1500m								
13:45										
13:55			1500m	1500m	1500m	1500m		Diskus	Diskus	Diskus
14:15							1500m	Hoch	1500m	1500m
14:30					Kugel		Diskus			
14:45	200m					Kugel				

Zeit	M30/35	M40/45	M50/55	M60/65	M70-80	M85/90	W30-45	W50-75	W80	W85/90
14:55		200m								
15:05			200m							
15:15	Diskus	Diskus	Diskus M50	200m	200m		200m	200m		
15:25										
15:30				Kugel						
15:45	800m	800m	800m	800m	Diskus 800m		800m	800m		
16:00										
16:15										
16:30										
17:00			Diskus M55	Diskus						

