

20. DEUTSCHE HALLENMEISTERSCHAFTEN MASTERS 02./03. MÄRZ 2024 IN DORTMUND

1 BEACHTEN

- „Allgemeine Ausschreibungsbestimmungen 2024“

2 AUSRICHTER / ÖRTLICHER AUSRICHTER

- Fußball- und Leichtathletik-Verband Westfalen

3 TELEFON

- In Notfällen (z. B. Stau bei der Anreise, für Vorabmeldungen am Stellplatz, etc.) steht am Veranstaltungstag folgende Rufnummer zur Verfügung: 0176 – 76 41 75 79

4 AUSTRAGUNGSTÄTTE

- Helmut-Körnig-Halle, Strobelaallee 40, 44139 Dortmund

5 MELDESCHLUSS

- Sonntag, 18. Februar 2024 beim eigenen Landesverband über das Meldeportal LADV
- Nachmeldungen sind bis 72 Stunden vor der Veranstaltung (Mittwoch, 28. Februar 2024, 12:00 Uhr) mit einer Nachmeldegebühr von 100€ möglich.
 - Voraussetzung ist die Erbringung der Mindestleistung vor Meldeschluss

6 TEILNAHMEBERECHTIGUNG

- Teilnahmeberechtigt sind:
- Masters der Klassen M35-M90 & W35-W90:
sofern sie in der Freiluftsaison 2023 oder der Hallensaison 2023/2024 (01.11.2023 bis Meldeschlusstermin) die geforderten Mindestleistungen erfüllt haben
- Voraussetzung für die Teilnahme ist eine ordnungsgemäße Meldung bis zum Meldeschlusstermin.

7 WETTBEWERBE/MINDESTLEISTUNGEN

- Alle Läufe (mit Ausnahme der 60m) werden als Zeitendläufe durchgeführt.
- Bei Zusammenlegung der Altersklassen im Hoch- und Stabhochsprung können die Sieger:innen der einzelnen Altersklassen die nächste Sprunghöhe nur dann frei wählen, wenn durch die Höhe ein neuer Rekord/Deutsche Bestleistung erzielt werden kann. Ansonsten sind die Steigerungshöhen einzuhalten.
- Durch die Terminüberschneidung mit der DM 10km Straße am 03.03.2024, entfallen die 3000m, dafür werden die 1500m am Samstag, den 02.03.2024 angeboten. Qualifikationsleistungen für die 1500m werden auch über die 3000m zugelassen.
- Ist in einer Altersklasse keine Mindestleistung hinterlegt, ist diese nicht ausgeschrieben, es kann aber in der nächstjüngeren Altersklasse gemeldet werden. Die Wertung erfolgt ausschließlich in der ausgeschriebenen AK.
- Der Dreisprung und das Bahngehen kann aus Kapazitätsgründen leider nicht durch angeboten werden

Masters männlich	M35	M40	M45	M50	M55	M60
60 m	8,10 sec	8,30 sec	8,35 sec	8,50 sec	8,55 sec	9,20 sec
oder 100 m*	12,30 sec*	12,70 sec*	12,80 sec*	13,00 sec*	13,25 sec*	13,90 sec*
200 m	25,70 sec	26,40 sec	26,60 sec	27,25 sec	27,80 sec	29,10 sec
400 m	57,75 sec	59,00 sec	60,80 sec	62,50 sec	63,00 sec	69,20 sec
800 m	2:11,30 min	2:13,50 min	2:16,50 min	2:22,00 min	2:28,00 min	2:39,00 min
1500 m	4:35,00 min	4:42,00 min	4:44,00 min	4:51,00 min	5:06,00 min	5:30,00 min
oder 3000m	9:25,00 min	9:45,00 min	9:55,00 min	10:25,00 min	10:40,00 min	11:30,00 min
60 m Hürden	9,80 sec	10,50 sec	10,90 sec	11,40 sec	12,30 sec	12,80 sec
oder 110 m Hü*	18,70 sec*	19,50 sec*	20,50 sec*	-	-	-
oder 100 m Hü*	-	-	-	18,00 sec*	19,50 sec*	20,00 sec*
4x200 m	1:47,00 min	1:52,00 min	-	1:58,00 min	-	2:07,00 min
oder 4x100 m*	51,00 sec*	52,00 sec*	-	53,80 sec*	-	58,00 sec*
Hochsprung	1,67 m	1,60 m	1,58 m	1,52 m	1,50 m	1,35 m
Stabhochsprung	3,20 m	3,00 m	2,80 m	2,70 m	2,40 m	2,25 m
Weitsprung	5,60 m	5,35 m	5,25 m	5,10 m	4,95 m	4,45 m
Kugelstoß	11,70m / 7,26kg	11,40m / 7,26kg	11,30m / 7,26kg	12,30 m / 6kg	11,80 m / 6kg	11,90 m / 5kg

Masters männlich	M65	M70	M75	M80	M85	M90
60 m	9,60 sec	10,10 sec	10,60 sec	12,80 sec	13,50 sec	14,50 sec
oder 100 m*	14,80 sec*	15,40 sec*	16,60 sec*	18,50 sec*	23,00 sec*	24,00 sec*
200 m	30,50 sec	33,00 sec	36,00 sec	44,00 sec	49,50 sec	54,50 sec
400 m	71,00 sec	81,00 sec	93,00 sec	96,00 sec	108,00 sec.	-
800 m	2:53,00 min	3:05,00 min	3:33,00 min	3:50,00 min	4:30,00 min	-
1500 m	6:00,00 min	6:30,00 min	7:35,00 min	8:30,00 min	9:50,00 min	-
oder 3000m	12:30,00 min	13:30,00 min	16:00,00 min	18:50,00 min	21:50,00 min	24:50,00 min
60 m Hü	13,20 sec	13,50 sec	15,10 sec	19,00 sec	-	-
oder 100 m Hü*	22,00 sec*	-	-	-	-	-
oder 80 m Hü*	-	17,30 sec*	19,80 sec*	23,00 sec*	-	-
4x200 m	-	2:25,00 min	-	-	-	-
oder 4x100 m*	-	66,00 sec*	-	-	-	-
Hochsprung	1,30 m	1,25 m	1,12 m	1,00 m	0,95 m	-
Stabhochsprung	2,20 m	2,10 m	2,00 m	2,00 m	-	-
Weitsprung	4,15 m	3,90 m	3,40 m	2,90 m	2,60 m	2,30 m
Kugelstoß	10,80 m / 5 kg	10,80 m / 4 kg	9,80 m / 4 kg	10,00 m / 3 kg	7,90 m / 3 kg	5,80 m / 3 kg

*Freiluft

Masters weiblich	W 35	W 40	W 45	W 50	W 55	W 60
60 m	9,10 sec	9,15 sec	9,80 sec	9,80 sec	10,40 sec	11,20 sec
oder 100 m*	14,20 sec*	14,30 sec*	14,85 sec*	15,20 sec*	15,90 sec*	17,50 sec*
200 m	29,70 sec	30,00 sec	31,00 sec	32,50 sec	34,00 sec	38,00 sec
400 m	69,00 sec	72,00 sec	75,00 sec	77,00 sec	82,00 sec	85,00 sec
800 m	2:42,00 min	2:46,00 min	2:50,00 min	2:53,00 min	3:05,00 min	3:30,00 min
1500 m	5:50,00 min	5:57,00 min	6:05,00 min	6:10,00 min	6:40,00 min	7:00,00 min
oder 3000m	11:55,00 min	12:10,00 min	12:30,00 min	13:00,00 min	14:00,00 min	14:45,00 min
60m Hürden	11,10 sec	11,50 sec	11,80 sec	12,10 sec	12,80 sec	13,60 sec
oder 100 m Hü*	20,00 sec*	-	-	-	-	-
oder 80 m Hü*	-	15,30 sec*	16,00 sec*	16,30 sec*	17,50 sec*	18,40 sec*
4x200 m	2:05,00 min	2:15,00 min	-	2:30,00 min	-	2:50,00 min
oder 4x100 m*	58,00 sec*	58,00 sec*	-	62,00 sec*	-	73,00 sec*
Hochsprung	1,38 m	1,35 m	1,30 m	1,25 m	1,20 m	1,10 m
Stabhochsprung	2,00 m	2,00 m	2,00 m	1,90 m	1,90 m	1,80 m
Weitsprung	4,40 m	4,35 m	4,20 m	4,15 m	3,65 m	3,30 m
Kugelstoß	9,70 m / 4 kg	9,60 m / 4 kg	9,50 m / 4 kg	10,20 m / 3 kg	9,50 m / 3 kg	8,40 m / 3 kg

Masters weiblich	W65	W70	W75	W80	W85	W90
60 m	12,10 sec	12,55 sec	13,10 sec	15,00 sec	17,00 sec	-
oder 100 m*	19,30 sec*	20,50 sec*	23,00 sec*	25,00 sec*	27,00 sec	-
200 m	41,00 sec	42,50 sec	47,50 sec	50,00 sec	-	-
400 m	95,00 sec	99,00 sec	103,00 sec	109,00 sec	-	-

Masters weiblich	W65	W70	W75	W80	W85	W90
800 m	3:50,00 min	4:00,00 min	4:10,00 min	4:30,00 min	-	-
1500 m	7:30,00 min	7:45,00 min	8:05,00 min	-	-	-
oder 3000m	16:00,00 min	17:00,00 min	17:45,00 min	-	-	-
60 m Hürden	14,60 sec	16,60 sec	18,00 sec	-	-	-
oder 80 m Hü*	19,00 sec*	21,00 sec*	25,00 sec*	-	-	-
4x200 m	-	3:40,00 min	-	-	-	-
oder 4x100 m*	-	77,00 sec*	-	-	-	-
Hochsprung	1,00 m	0,95 m	0,90 m	0,85 m	-	-
Stabhochsprung	1,80 m	1,80 m	-	-	-	-
Weitsprung	3,00 m	2,60 m	2,30 m	2,10 m	-	-
Kugelstoß	7,20 m / 3 kg	6,80 m / 3 kg	6,80 m / 2 kg	6,30 m / 2 kg	4,80 m / 2 kg	4,00 m / 2 kg

*Freiluft

8 SPRUNGHÖHEN

Altersklasse	Hochsprung		Stabhochsprung	
	Anfangshöhe	Steigerung	Anfangshöhe	Steigerung
M35	1,63 m	weiter je 3 cm	3,10 m	weiter je 10 cm
M40	1,57 m	weiter je 3 cm	2,90 m	weiter je 10 cm
M45	1,54 m	weiter je 3 cm	2,70 m	weiter je 10 cm
M50	1,48 m	weiter je 3 cm	2,60 m	weiter je 10 cm
M55	1,45 m	weiter je 3 cm	2,30 m	weiter je 10 cm
M60	1,33 m	weiter je 3 cm	2,10 m	weiter je 10 cm
M65	1,27 m	weiter je 3 cm	2,10 m	weiter je 10 cm
M70	1,21 m	weiter je 3 cm	2,00 m	weiter je 10 cm
M75	1,09 m	weiter je 3 cm	1,90 m	weiter je 10 cm
M80	0,97 m	weiter je 3 cm	1,90 m	weiter je 10 cm
M85	0,91 m	weiter je 3 cm	----	----

Altersklasse	Hochsprung		Stabhochsprung	
	Anfangshöhe	Steigerung	Anfangshöhe	Steigerung
W35	1,35 m	weiter je 3 cm	1,90 m	weiter je 10 cm
W40	1,32 m	weiter je 3 cm	1,90 m	weiter je 10 cm
W45	1,26 m	weiter je 3 cm	1,90 m	weiter je 10 cm
W50	1,23 m	weiter je 3 cm	1,80 m	weiter je 10 cm
W55	1,17 m	weiter je 3 cm	1,80 m	weiter je 10 cm
W60	1,05 m	weiter je 3 cm	1,80 m	weiter je 10 cm
W65	0,96 m	weiter je 3 cm	1,80 m	weiter je 10 cm
W70	0,93 m	weiter je 3 cm	1,80 m	weiter je 10 cm
W75	0,87 m	weiter je 3 cm	----	----
W80	0,84 m	weiter je 3 cm	----	----

9 MAX. SPIKESLÄNGE

- Die maximale Spikeslänge in Dortmund beträgt 9 mm.

10 HINWEISE

- Training
 - Ein Training in der Wettkampfhalle ist aufgrund technischer Aufbauten nicht möglich.
- TIC (ehemals Stellplatz)
 - Die Bestätigung der Meldung durch Abgabe der Stellplatzkarte ist 90 Minuten (Stabhochsprung 120 Minuten) vor Beginn des jeweiligen Wettbewerbs vorzunehmen. Für die pünktliche Abgabe der Stellplatzkarte ist ausschließlich die:der Aktive verantwortlich.

- Callroom
 - Ein Callroom ist eingerichtet. Die entsprechenden Zeiten werden in einem separaten Plan veröffentlicht.
- Stabhochsprungstäbe
 - Die Anlieferung der Stäbe erfolgt über den Turnweg (Ablageort Rolltor) - kein Zutritt zur Halle!
- Meldegebühren
 - Die Meldegebühren werden den Vereinen in Rechnung gestellt.
 - Es müssen keine Abmeldungen bei Verletzungen, Krankheit, etc. erfolgen.
- Sportärztliche Untersuchung
 - Gem. §5.1.1.6 DLO hat der:die Teilnehmer:in für eine angemessene sportärztliche Untersuchung selbst verantwortlich Sorge zu tragen. Der Nachweis der Sportmedizinischen Untersuchung, die nicht älter als 12 Monate sein darf, kann bei Abgabe der Stellplatzkarte bzw. im Rahmen des Wettkampfs eingefordert werden.

11 STARTUNTERLAGENAUSGABE

- Die Startunterlagen werden im Foyer des Neubaus der Helmut-Körnig-Halle ausgegeben und Stellplatzkarten können abgegeben werden (Freitag). Ein Zutritt zur Halle ist nicht möglich.

◦ Freitag, 01. März 2024	17:00 – 20:00 Uhr
◦ Samstag, 02. März 2024	07:00 – 18:30 Uhr
◦ Sonntag, 03. März 2024	07:00 – 15:30 Uhr

12 ANREISE

- Die Anreise erfolgt über die A40/B1 bzw. über die A45 Ausfahrt Dortmund-Süd.
- Das Veranstaltungszentrum Westfalenhallen/Signal Iduna Park ist weiträumig ausgeschildert.

13 ZEITPLAN

Masters männlich

(Stand: 23.02.24)

Samstag, 02.03.2024

Zeit	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80	M85+	Zeit
10:10	60m HF											10:10
10:20		60m HF										10:20
10:30			60m HF									10:30
10:40				60m HF								10:40
10:40										Kugel	Kugel	10:40
10:55					60m HF							10:55
11:05	Weit	Weit										11:05
11:20						60m HF						11:20
11:35							60m HF					11:35
11:40								Kugel	Kugel			11:40
11:45								60m HF				11:45
11:55									60m HF			11:55
12:05										60m HF		12:05
12:35			Weit									12:35
13:25						Kugel	Kugel					13:25
13:40	400 m											13:40
13:45		400 m										13:45
13:55			400 m									13:55
14:00				400 m								14:00
14:05					400 m							14:05
14:10						Weit						14:10
14:15						400 m						14:15
14:25							400 m					14:25
14:30								400 m				14:30
14:40									400 m			14:40
14:45										400 m	400 m	14:45
14:55	60 m F											14:55
15:00		60 m F										15:00
15:05			60 m F									15:05
15:05	Stab	Stab	Stab									15:05
15:10				60 m F								15:10
15:15					60 m F							15:15
15:25				Weit	Weit							15:25
15:40				Kugel	Kugel							15:40
15:45						60 m F						15:45
15:50							60 m F					15:50
15:55								60 m F				15:55
16:00									60 m F			16:00
16:05										60 m F		16:05
16:10											60 m F	16:10
16:40	60 m H											16:40
16:45		60 m H										16:45
16:50			60 m H									16:50
16:55				60 m H								16:55
17:00					60 m H							17:00
17:10						60 m H	Weit	Weit				17:10
17:15							60 m H					17:15
17:35								60 m H				17:35

Zeit	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80	M85+	Zeit
17:40									60 m H	60 m H	60 m H	17:40
17:45	Kugel	Kugel	Kugel									17:45
18:05	1500 m											18:05
18:10		1500 m										18:10
18:20			1500 m	1500 m								18:20
18:30	Hoch	Hoch	Hoch									18:30
18:40					1500 m							18:40
18:50						1500 m						18:50
18:50									Weit	Weit	Weit	18:50
19:00							1500 m					19:00
19:10								1500 m				19:10
19:20									1500 m	1500 m	1500 m	19:20

Masters weiblich**Samstag, 02.03.2024**

Zeit	W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70	W75	W80	W85+	Zeit
09:10	60m HF											09:10
09:20		60 m HF										09:20
09:30			60m HF									09:30
09:40				60m HF								09:40
10:00					60m HF							10:00
11:10							60m HF					11:10
11:00	Stab	Stab	Stab	Stab	Stab	Stab	Stab	Stab				11:00
12:50	400 m											12:50
12:55		400 m										12:55
13:05			400 m									13:05
13:15				400 m								13:15
13:20					400 m							13:20
13:25						400 m						13:25
13:30							400 m					13:30
13:35								400 m	400 m	400 m		13:35
15:20	60 m F											15:20
15:25		60 m F										15:25
15:30			60 m F									15:30
15:35				60 m F								15:35
15:40					60 m F							15:40
16:15						60 m F						16:15
16:20							60 m F					16:20
16:25								60 m F				16:25
16:30									60 m F	60 m F	60 m F	16:30
17:05	60 m H	60 m H										17:05
17:20			60 m H									17:20
17:25				60 m H								17:25
17:30					60 m H							17:30
17:30												17:30
17:45						60 m H	60 m H	60 m H				17:45
19:30	1500 m	1500 m										19:30
19:40			1500 m									19:40
19:50				1500 m								19:50
20:00					1500 m							20:00
20:10						1500 m	1500 m	1500 m	1500 m			20:10

Masters männlich

Sonntag, 03.03.2024

Zeit	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80	M85+	Zeit
09:30									Hoch	Hoch		09:30
10:00						Stab						10:00
10:15	200 m											10:15
10:25		200 m										10:25
10:40			200 m									10:40
10:50				200 m								10:50
11:00					200 m							11:00
11:10								Hoch				11:10
11:40						200 m						11:40
11:50							200 m					11:50
12:00								200 m				12:00
12:10									200 m			12:10
12:15							Hoch					12:15
12:20										200 m		12:20
12:30											200 m	12:30
12:30				Stab	Stab							12:30
13:00												13:00
13:55						Hoch						13:55
14:05	800 m											14:05
14:10		800 m										14:10
14:20			800 m									14:20
14:25				800 m								14:25
14:30					800 m							14:30
14:40						800 m						14:40
14:50							800 m					14:50
15:00								800 m				15:00
15:10									800 m			15:10
15:20										800 m	800 m	15:20
15:40				Hoch	Hoch		Stab	Stab	Stab	Stab		15:40
16:20	4 x 200 m											16:20
16:30		4 x 200 m										16:30
16:40				4 x 200 m								16:40
16:50						4 x 200 m	4 x 200 m					16:50

Masters weiblich

Sonntag, 03.03.2024

Zeit	W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70	W75	W80	W85+	Zeit
09:30	200 m											09:30
09:35		200 m										09:35
09:45			200 m									09:45
09:50	Kugel	Kugel	Kugel					Hoch	Hoch			09:50
09:55				200 m								09:55
10:05					200 m							10:05
10:25	Weit											10:25
10:55				Hoch	Hoch							10:55
11:15						200 m						11:15
11:25							200 m					11:25
11:30		Weit						200 m				11:30
11:35				Kugel	Kugel				200 m	200 m		11:35
12:40			Weit									12:40
13:05	800 m											13:05
13:10		800 m										13:10
13:15			800 m			Hoch	Hoch					13:15
13:20				800 m								13:20
13:25					800 m							13:25
13:35						800 m						13:35
13:45						Kugel	Kugel					13:45
13:45							800 m					13:45
13:50								800 m	800 m			13:50
14:20				Weit								14:20
14:50	Hoch	Hoch	Hoch									14:50
15:30					Weit							15:30
15:45	4 x 200 m											15:45
15:50		4 x 200 m										15:50
16:00				4 x 200 m				Kugel	Kugel	Kugel	Kugel	16:00
16:05						4 x 200 m		4 x 200 m				16:05
16:15												16:15
16:40						Weit	Weit					16:40
17:30								Weit	Weit	Weit		17:30

Änderungen in Rot wurden aufgrund der Meldezahlen getätigt.