

# NORDDEUTSCHE HALLENMEISTERSCHAFTEN

6./7. Februar 2010 in Hannover

## Ausrichter

Niedersächsischer Leichtathletik-Verband

## Austragungsstätte

Sportleistungszentrum Nord im Sportpark Hannover, Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 2

## Notfälle

In Notfällen (z.B. Stau bei der Anreise) steht nur am Veranstaltungstag folgende Rufnummer zur Verfügung:  
0160 98 04 95 07

## Meldungen

Die Meldungen sind bis Dienstag, **26. Januar 2010** auf DLV-Meldebogen zweifach an den eigenen Landesverband zu schicken. Dieser überprüft die Meldung und leitet sie einfach an den ausrichtenden Landesverband weiter. Anzugeben sind auf der Meldung die Bestleistungen aus 2009/2010. Fehlen diese bei den Meldungen oder weichen von den Richtwerten ab, so können diese Meldungen nicht angenommen werden!

**Schüler / -innen MW15 sind in Einzelwettbewerben und Staffeln nicht startberechtigt!**

## Wettbewerbe / Richtwerte:

	Männer	Frauen	männl. Jugend	weibl. Jugend
60 m	7,30	8,30	ohne	ohne
200 m	23,20	26,80	ohne	ohne
400 m	51,50	62,00	ohne	ohne
800 m	1:59,00	2:20,00	ohne	ohne
1500 m	4:03,00	ohne	ohne	ohne
3000 m	8:45,00	---	---	---
60 m Hürden	8,70	9,40	ohne	ohne
4 x 200 m-Staffel	ohne	ohne	ohne	ohne
4 x 400 m-Staffel	ohne	---	---	---
Hochsprung	1,90	1,60	ohne	ohne
Stabhochsprung	4,30	2,40	ohne	ohne
Weitsprung	6,80	5,50	ohne	ohne
Dreisprung	13 m-Balken	9 m-/11 m-Balken	11 m-Balken	9 m-/11 m-Balken
Kugelstoß	14,30	11,60	ohne	ohne

Beim Kugelstoßen dürfen nur Stahlkugeln benutzt werden (keine Hallenkugeln)

## Sprunghöhen (Die Anfangshöhen können geringfügig reduziert werden, s. Seite 4 „Mindestleistungen...“)

Hochsprung	Männer	1,73 bis 1,83 m	5 cm,	weiter jeweils	3 cm
	Frauen	1,50 bis 1,60 m	5 cm,	weiter jeweils	3 cm
	männl. Jugend	1,73 bis 1,83 m	5 cm,	weiter jeweils	3 cm
	weibl. Jugend	1,50 bis 1,60 m	5 cm,	weiter jeweils	3 cm
Stabhochsprung	Männer	4,10 bis 4,50 m	20 cm,	weiter jeweils	10 cm
	Frauen	2,40 bis 2,60 m	20 cm,	weiter jeweils	10 cm
	männl. Jugend	3,20 bis 3,60 m	20 cm,	weiter jeweils	10 cm
	weibl. Jugend	2,00 bis 2,60 m	20 cm,	weiter jeweils	10 cm

## Wettkampfunterlagen

Die Ausgabe der Wettkampfunterlagen erfolgt am Samstag ab 10.00 Uhr und am Sonntag ab 8.30 Uhr im Gang vor der Leichtathletik-Halle im Sportleistungszentrum.

## Hinweise

Beachte "Allgemeine Ausschreibungsbestimmungen 2010". Treten zu den jeweiligen Zeitvorläufen über 200m mind. 12 Teilnehmer an, werden Zeitendläufe ausgetragen. Umkleide- und Duschräume befinden sich in der Halle. Die Gesamtmeldungen und die Ergebnisliste können im Internet unter [www.leichtathletik-in-bremen.de](http://www.leichtathletik-in-bremen.de) eingesehen werden.

## Unterkunft

Hannover Tourismus Service, Ernst-August-Platz 8, 30159 Hannover, Tel. 0511 / 12345-111, Fax 0511 / 12345-112, [info@hannover-tourismus.de](mailto:info@hannover-tourismus.de)

## Anfahrtshinweise

Ausschilderung **AWD-Arena** folgen.

Zeitplan NDM Halle Samstag				Änderungen vorbehalten!				
	Männer		männl. Jugend		Frauen		weibl. Jugend	
13.00		Kugel VE		Stab E		Drei VE		
14.00					60 m V			Drei VE
14.20	60 m V						60 m V	
14.50								
15.10			60 m V					
15.40					60 m Z			
15.50	60 m Z						60 m Z	
16.00						Weit VE		
16.10			Stab E	60 m Z				
16.20							1500 m F	
16.30					1500 m F			
16.40	60 m F				60 m F			
16.45							60 m F	
16.50				60 m F				
16.55								
17.00					400 m ZF			Weit VE
17.10								
17.20	400 m ZF	Hoch E		Hoch E			400 m ZF	
17.25				Kugel VE				
17.40								
18.00			400 m ZF					
18.20	1500 m ZF							
18.30				1500 m ZF				
18.50						4x200 m ZF		
19.00							4x200 m ZF	
19.15	4x200 m ZF							
19.25				4x200 m ZF				

Zeitplan NDM Halle Sonntag				Änderungen vorbehalten!				
	Männer		männl. Jugend		Frauen		weibl. Jugend	
10.00				Weit VE			60 m Hü V	Stab E
10.15								
10.25			60 m Hü V		60 m Hü V			
10.40	60 m Hü V							
10.50				800 m ZF				
11.05	800 m ZF							
11.20							60 m Hü F	
11.25								
11.30			60 m Hü F					
11.35	60 m Hü F							
11.45						200 m ZV		
12.00	200 m ZV	Weit VE				Hoch E		Hoch E
12.15			200 m ZV			Stab E		Kugel VE
13:00				Drei VE			200 m ZV	
13.30						Kugel VE	800 m ZF	
13.40					800 m ZF			
13.50					200 m ZF			
14.00	200 m ZF	Drei VE						
14.10			200 m ZF					
14.20							200 m ZF	
14.30	3000 m F							
14.50	4 x 400 m ZF							