

NORDDEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN Männer, Frauen, Jugend B

18./19. Juli 2009 in Lübeck

(Stand: 13.07.09)

Für Notfälle steht ein Veranstaltungshandy zur Verfügung: 0173 / 77 24 140

Ausrichter

Schleswig-Holsteinischer Leichtathletik-Verband
Örtlicher Ausrichter: KLV Lübeck

Austragungsstätte

Stadion Buniamshof, Possehlstraße

Meldungen

Die Meldungen sind bis Dienstag, **07. Juli 2009** auf DLV-Meldebogen zweifach an den eigenen Landesverband zu schicken. Dieser überprüft die Meldungen und leitet sie einfach an den ausrichtenden Landesverband weiter. Anzugeben sind auf der Meldung die Bestleistungen aus 2008 / 2009. Fehlen diese bei den Meldungen oder weichen von den Richtwerten ab, so können diese Meldungen nicht angenommen werden!

Wettbewerbe / Richtwerte

	<u>Männer</u>	<u>Frauen</u>	<u>Männl. Jgd. B</u>	<u>Weibl. Jgd. B</u>
100 m	11,40	13,20	12,30	13,50
200 m	23,10	26,70	25,80	27,60
400 m	51,00	61,00	56,00	64,80
800 m	1:58,00	2:16,00	2:02,00	2:30,00
1500 m	4:00,00	4:58,00	4:35,00	5:19,00
3000 m	----	----	ohne	ohne
5000 m	15:30,00	19:00,00	----	----
100 m Hürden	----	15,70	----	16,40
110 m Hürden	15,30	----	16,50	----
400 m Hürden	58,00	68,00	62,50	70,00
4 x 100 m-Staffel	ohne	ohne	ohne	ohne
Hochsprung	1,92	1,60	1,75	1,50
Stabhochsprung	4,30	2,40	3,00	2,20
Weitsprung	6,80	5,50	6,00	5,00
Dreisprung	13,90	11,20	11,50	9,40
Kugelstoß	14,30	11,60	13,00	10,50
Diskuswurf	42,00	38,00	35,00	28,00
Hammerwurf	47,00	30,00	40,00	25,00
Speerwurf	57,00	40,00	45,00	32,00

Sprunghöhen

Hochsprung Männer	1,80 bis 1,95 m	5 cm,	weiter jeweils 3 cm,
Hochsprung Frauen	1,50 bis 1,65 m	5 cm,	weiter jeweils 3 cm, ab 1,89m weiter 2 cm,
Hochsprung Männl. Jugend B	1,65 bis 1,75 m	5 cm,	weiter jeweils 3 cm,
Hochsprung Weibl. Jugend B	1,45 bis 1,55 m	5 cm,	weiter jeweils 3 cm,
Stabhochsprung Männer	4,10 bis 4,50 m	20 cm,	weiter jeweils 10 cm,
Stabhochsprung Frauen	2,40 bis 2,60 m	20 cm,	weiter jeweils 10 cm,
Stabhochsprung Männl. Jugend B	2,40 bis 2,80 m	20 cm,	weiter jeweils 10 cm,
Stabhochsprung Weibl. Jugend B	2,20 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 9.00 Uhr im Stadion.

Hinweise

Beachte "Allgemeine Ausschreibungsbestimmungen 2009". Umkleide- und Duschräume befinden sich im Stadion. Die Meldungen und die Ergebnisliste können im Internet unter www.leichtathletik-in-bremen.de eingesehen werden.

Anfahrtshinweise

Das Stadion Buniamshof befindet sich in der Stadtmitte, Nähe Holstentor, in der Possehlstrasse. Von den Autobahnzubringern Richtung Zentrum abfahren. Hinweisschilder zum Stadion beachten. Am Stadion stehen nur begrenzt Parkplätze zur Verfügung. Hinweisschilder zu den in der Nähe liegenden Parkplätzen beachten.

Unterkunft

Lübeck und Travemünde Tourist Service (LTS), Beckergrube 95, 23552 Lübeck, Tel. 0451 - 1225406 oder 0451-1221912, Fax: 0451 - 1221202, E-Mail: info@luebeck-tourismus.de, Internet: www.luebeck-tourismus.de

Zeitplan NDM M, F / Jgd. B Samstag							Änderungen vorbehalten!	
	Männer		Frauen		mJB		wJB	
12.00				Drei		Stab	400mHü ZF	
12.10			400mHü ZF					
12.20					400mHü ZF			
12.30	400mHü ZF							
12.50							100m V	
13.00		Drei		Kugel		Diskus		
13.10					100mV			
13.30			100 m V					
13.45	100 m V							
14.05			800 m ZF	Hoch				
14.10		Diskus				Weit		Stab, Kugel
14.15	800m ZF							
14.30							3000m F	
14.45							100m Z	
15:15								
15.20		Kugel		Diskus				
15.25					100m Z			
15.35			100m Z					
15.45	100m Z							
15.55								Weit
16.00		Hoch		Stab				
16.05							800m ZF	
16.20					800m ZF			
16.35							100m F	
16.40					100m F	Kugel		Diskus
16.45			100m F					
16.50	100m F							
17:05			5000m F					
17:40							4x100 ZF	
17:50					4x100m ZF			
18:00			4x100m ZF					
18:10	4x100m ZF							
18:20	5000m F							

Zeitplan NDM M, F / Jgd. B Sonntag							Änderungen vorbehalten!	
	Männer		Frauen		mJB		wJB	
11.00	110mHü V							Hoch
11.10					110mHü V			
11.25			100mHü V					
11.30				Hammer		Speer		Hammer
11.35		Weit					100mHü V	
12.50			200m V					
13.00	200m V	Speer						Drei
13.15					200m V	Hoch		
13.30				Weit			200m V	
13.50	110mHü F							
14.00					110mHü F			
14.10			100mHü F	Speer				
14.20							100mHü F	
14.30		Hammer				Hammer		
14.35	200m F							
14.45			200m F					
14.55					200m F	Drei		
15.00		Stab						
15.05							200m F	
15.10								Speer
15.15	1500 m ZF							
15.25			1500 m ZF					
15.35					1500m ZF			
15.45							1500m ZF	
16.00	400m ZF							
16.10			400m ZF					
16.20					400m ZF			
16.30							400m ZF	