

Ostfriesische Meisterschaften U16 & U14 mit Rahmenwettbewerben

Samstag, 09. Juni 2012

- Ausrichter:** Leichtathletik Region Ostfriesland e.V.
Veranstalter: VfL Germania Leer von 1915 e.V. -Leichtathletikabteilung-
Sportplatz: Leichtathletikanlage am Pastorenkamp, Friesenschule Leer
- Meldeschluss:** 02.06.2012 LRO: Es werden vor Ort keine RM-Nachmeldungen angenommen.
Meldeanschrift: **Online unter www.ladv.de** oder per Mail: [la.germanialeer @ googlemail .com](mailto:la.germanialeer@googlemail.com)
 Reinhard Knoop, Buchenweg 3, 26835 Holtland; Fax: 04950-805163
Meldegebühren: € 2,50 (pro Rahmen-Wettbewerb); Nachmeldung zusätzlich € 2,00
Haftungsausschluss: Es wird keine Haftung für Schäden an Personen oder Sachen übernommen.
- Besondere Hinweise:** * RM Einzel U16 (M/W 15/14) und U14 (M/W 13/12)
 Rahmenwettbewerbe (Einzel: M/F, U20, U18, U12, U10)
 Es sind nur Spikes mit einer Dornenlänge von max. 6 mm zugelassen.
 Die Durchführung der Wettbewerbe erfolgt nach IWR & DLO und den LRO-AB.
 Die Teilnehmer melden sich bis 15 min. vor Beginn beim Protokollführer/Startordner.
- Sicherheitshinweis:** Das Betreten des Innenraums ist verboten.

Zeit	Rahmenwettbewerbe			RM Einzel			
	M/F+U20/18	U12	U10	MJ U16	WJ U16	MJ U14	WJ U14
13:30				Kugel	Kugel	4x75 m	4x75 m
13:45	4x100 m			4x100 m	4x100 m	Kugel	Kugel
14:00	Dreisprung	4x50 m	4x50 m				
14:15		Ball				60 mH	60 mH
14:30			Ball	80 mH	80 mH	Hoch	Hoch
14:45							
15:00		50 m					
15:15			50 m	Speer	Speer	Weit	Weit
15:30							
15:45				Weit	Weit	Speer	Speer
16:00	200 m						
16:15		Weit				75 mV	75 mV
16:30			Weit	100 m ZE	100 mZE	Diskus	Diskus
16:45				Hoch	Hoch		
17:00				Diskus	Diskus	75 m E	75 mE
17:15				300 mH	300 mH		
17:30	400 mH						
17:45						800 m	800 m
18:00				800 m	800 m		
18:15	1000 m						

Alle teilnehmenden Vereine werden gebeten, Kampfrichter zu stellen. Kampfrichterbesprechung: 13 Uhr
 Zur korrekten Meldung sind alle nach LRO-AB zu stellenden Kampfrichter anzugeben.

Dieser Zeitplan wird nach Meldeschluss aktualisiert.

Stand: 20.05.2012

Änderungen vorbehalten!