

Offene Regionalmeisterschaften in den Einzeldisziplinen

Datum: 06.06.2015
Ort: Bundesleistungszentrum Kienbaum
Beginn: 9.00 Uhr
Ausrichter: KSC Strausberg, Abteilung Leichtathletik
Gebühren: je Disziplin:
U8: 2 €
U10- U16: 2,50 €
U18 und U20: 3 €
Erwachsene: 3,50 €
Staffel: 3 €
Nachmeldung: 1 €



Teilnehmer: U8 bis Erwachsene, aus Sportvereinen oder Privatstarter
Disziplinen: Sind dem Zeitplan zu entnehmen
Zeitplan: Siehe Seite 3, Änderungen sind nach Eingang der Meldungen möglich
Ehrungen: Urkunden für die ersten drei pro Disziplin und Jahrgang (U8- U14) bzw. Altersklasse (ab U16); die besten Einzelleistungen werden mit einem Pokal ausgezeichnet
Meldung: bis 30.05.2015
Ines Krüger-Führ, Oststraße 1, 12487 Berlin
Tel.: 030/ 63 90 25 03 (19- 21.00 Uhr)
E- Mail: leichtathletik-strausberg@web.de
Ergebnisse: werden unter www.leichtathletik-strausberg.de veröffentlicht

Allgemeine Hinweise

- Bei weniger als drei Meldungen, wird die entsprechende Disziplin nicht durchgeführt.
- Spikes dürfen nur mit Dornen von höchstens 6 mm getragen werden.
- Der Stellplatz ist an der Wettkampfstätte 10 Minuten vor dem Wettkampf.
- Auf dem gesamten Gelände ist auf Sauberkeit zu achten, da wir hier auch in Zukunft Wettkämpfe durchführen wollen.
- **Wir freuen uns sehr über die Unterstützung von Kampfrichtern anderer Vereine. Diese erhalten eine Aufwandsentschädigung von 15 € (incl. Fahrtkosten). Bitte geben Sie verfügbare Kampfrichter mit der Meldung an.**

Laufdisziplinen:

- Es erfolgt eine elektronische Zeitmessung.
- Alle Läufe werden als Zeitendläufe durchgeführt.

Vereinsstaffel:

- 4x100m, männlich und weiblich getrennt
- Jeweils ein Sportler aus den Altersklassen U10, U12, U14, ab U16
- Jüngere Sportler dürfen ältere AKs ersetzen, Mädchen dürfen Jungen ersetzen

Technische Disziplinen:

- Im Weitsprung und Schlagball der U8- U12 erhält jeder Teilnehmer 3 Versuche.
- Im Weitsprung und in den Wurfdisziplinen der Altersklassen ab U14 sind es 6 Versuche.
- Bei zu großen Teilnehmerfeldern behält sich der Veranstalter vor, die Anzahl der Versuche auf 3 zu reduzieren.

Sprunghöhen Hochsprung:

- wU12 -- 1,00 m ----- mU12 – 1,05 m Anfangshöhe
- wU14 -- 1,10 m ----- mU14 – 1,15 m Anfangshöhe
- ab wU16 – 1,20 m ----- ab mU16 – 1,30 m Anfangshöhe
- bis 10 cm über die Anfangshöhe alle 5 cm, dann alle 3 cm

Eingesetzte Kampfgerichte

- Weitsprung 1: mindestens 4 Kampfrichter/ Helfer
- Weitsprung 2: mindestens 4 Kampfrichter/ Helfer
- Hochsprung: mindestens 3 Kampfrichter/ Helfer
- Diskus + Kugel + Speer: mindestens 4 Kampfrichter/ Helfer
- Schlagball 1: mindestens 4 Kampfrichter/ Helfer
- Schlagball 2: mindestens 4 Kampfrichter/ Helfer
- Sprint + Lauf: stellt der Veranstalter, KSC Strausberg

Zeitplan, Offene Regionalmeisterschaften in Kienbaum, 06.06.2015 (Stand 03.06.2015)

Zeit	mU8	wU8	mU10	wU10	mU12	wU12	mU14	wU14	mU16	wU16	mU18 und älter	wU18 und älter				
9:00	Schlagball 1	Schlagball 2	Weit 1	Weit 2	Hoch	Diskus	Diskus/ 3000 m	Diskus/ 3000/ 5000 m								
9:10																
9:20																
9:30																
9:40																
9:50					3x1000 m		15000m									
10:00					Schlagball 1	Schlagball 2	Hoch	100 m		100 m						
10:10								100 m								
10:20	Weit 1							100 m								
10:30																
10:40		Weit 2				75 m		75m								
10:50			Schlagball 1	Schlagball 2												
11:00	30 m										Hoch					
11:10	30 m															
11:20	400 m						Weit 1	Weit 2	Kugel							
11:30	400 m															
11:40			50 m													
11:50					50 m											
12:00							Speer									
12:10					50 m				Weit 1	Weit 2	Weit 1	Weit 2				
12:20																
12:30							50 m									
12:40																
12:50			800 m													
13:00			800 m													
13:10																
13:20							800 m									
13:30							800 m									
13:40					800 m				Kugel							
13:50					800 m											
14:00							Weit 1	Weit 2	800 m		800 m					
14:10									800 m		800 m					
14:20																
14:30																
14:40																
14:50									Speer/ 80-110 m Hürden, beginnend mit den Erwachsenen							
15:00							60m Hü									
15:10							60m Hü									
15:20																
15:30	4x100m Vereinsstaffel															
15:40									300m							
15:50											400m					
16:00	Siegerehrung															