



Ausschreibung

Stand: 9. April 2016

Mehrkampfmeisterschaften Jugend U16 + U14 Drei- und Vierkampf Langstaffelmeisterschaften Aktive bis U14

Termin: 05. Mai 2016
Ausrichter: TSG Heddesheim
Ort: Sportanlage Heddesheim
Meldeschluss: Sonntag, 01.05.2016 um 23:59 Uhr
Meldungen: über LADV
Hinweis: Es gelten die [Ausschreibungsbestimmungen 2016](#) des RNK.

Klassen	Wettbewerbe	Beginn
m. Jugend U16 (15/14)	Vierkampf	10.00 Uhr
m. Jugend U14 (13/12)	Drei-/Vierkampf	10.00 Uhr
w. Jugend U16 (15/14)	Vierkampf	10.00 Uhr
w. Jugend U14 (13/12)	Drei-/Vierkampf	10.00 Uhr

Wertung U16 + U14 Mehrkampf:

Einzel- und Mannschaftswertung (5 Teilnehmer pro Mannschaft im Drei-/Vierkampf in den jeweiligen Altersklassen)

Alle TeilnehmerInnen am Vierkampf (U14) starten automatisch auch im Dreikampf.

Anfangshöhen und Steigerungen Hochsprung Vierkampf (Steigerung jeweils um 4 cm)

mJU16	m15: 1,24m m14: 1,16m	wJU16	w15: 1,16m w14: 1,08m
mJU14	m13: 1,12m m12: 1,04m	wJU14	w13: 1,04m w12: 0,96m

Langstaffeln

Klassen	Wettbewerbe	Beginn
wJU14	3 x 800 m	13.30 Uhr
Frauen, wJU20, wJU18, wJU16	3 x 800 m	14.00 Uhr
mJU14	3 x 800 m	14.15 Uhr
Männer, mJU20, mJU18, mJU16	3 x 1000 m	14.30 Uhr

Die Staffelläufe finden nach den Drei-/Vierkämpfen statt (Zeitverschiebungen möglich). Bei geringen Teilnehmerfeldern erfolgt Zusammenlegung.



Ausschreibung

Ablaufplan Mehrkampf U16, U14 und Langstaffeln

Uhrzeit	MU16 - 15	MU16 - 14	MU14 - 13	MU14 - 12	WU16 - 15	WU16 - 14	WU14 - 13	WU14 - 12	Uhrzeit
10:00	Hoch 1	Hoch 2	Ball 1	Ball 2	Weit 1	Weit 2	75m		10:00
10:15								75m	10:15
10:30			75m				Ball 1	Ball 2	10:30
10:45				75m					10:45
11:00			Hoch 1	Hoch 2	100m	100m	Weit 1	Weit 2	11:00
11:15	100m	100m							11:15
11:30									11:30
11:45									11:45
12:00	Weit 1	Weit 2					Hoch 1	Hoch 2	12:00
12:15					Kugel	Kugel			12:15
12:30									12:30
12:45									12:45
13:00		Kugel	Weit 1	Weit 2	Hoch 1	Hoch 2			13:00
13:15	Kugel								13:15
13:30							3x800m	3x800m	13:30
13:45									13:45
14:00					3x800m	3x800m			14:00
14:15			3x800m	3x800m					14:15
14:30	3x1000m	3x1000m							14:30
14:45									14:45

Der Ablaufplan hat vorläufigen Charakter und wird nach dem Meldeergebnis oder vor Ort angepasst !!!