

# Offene Mitteldeutsche Meisterschaften

## Frauen und Männer

Veranstaltungsnummer: 9 19 0000 4 14

**Ausrichter** 1. LAC Dessau

**Ort / Tag / Zeit** Dessau-Roßlau, Paul-Greifzu-Stadion, Helmut-Kohl-Str. 69  
Samstag, 06. Juli 2019, 11:00 bis 16:30 Uhr

**Beauftragter des LV** Christian Topf

**Jury** Vertreter Sachsen, Vertreter Thüringen, Vertreter Sachsen-Anhalt

### Wettbewerbe

Normen	Frauen	Männer
100 m	14,00 s	12,00 s
200 m	28,50 s	24,50 s
400 m	66,00 s	55,00 s
800 m	2:35,0 min	2:08,0 min
1.500 m	5:40,0 min	4:35,0 min
5.000 m	20:30,0 min	17:30,0 min
100 m/110 m Hü	19,00 s	19,00 s
400 m Hü	72,00 s	65,00 s
4×100 m	54,00 s	50,00 s
Hoch	1,45 m	1,75 m
Stab	2,20 m	3,20 m
Weit	4,80 m	6,00 m
Drei	10,50 m	12,00 m
Kugel	10,00 m	11,20 m
Diskus	24,00 m	32,00 m
Speer	30,00 m	40,00 m

### Rahmenwettbewerbe

MJ U20 : Kugel, Diskus

WJ U18 : Kugel, Speer

### Sprunghöhen

	Hochsprung	Stabhochsprung
Frauen	1,35-1,55 m 5 cm, weiter 3 cm	1,80-2,40 m 20 cm, weiter 10 cm
Männer	1,65-1,85 m 5 cm, weiter 3 cm	2,80-3,40 m 20 cm, weiter 10 cm

### Meldetermin

Dienstag, 25. Juni 2019

#### **Athletennummer unbedingt angeben!**

Bei Abgabe der Stellplatzkarte ist unbedingt der Absprungbalken im Dreisprung (7-, 9- oder 11 m – Balken) mit anzugeben.

### Meldeanschrift

**Online-Meldung über [www.ladv.de](http://www.ladv.de)**

oder eigener Landesverband; für Vereine aus Sachsen-Anhalt:

Leichtathletik-Verband Sachsen-Anhalt, Kreuzvorwerk 22, 06120 Halle (Saale)

Tel.: (0345) 540 50 51; Fax: (0345) 540 50 52; E-Mail: [wo@lvsa.de](mailto:wo@lvsa.de)

### Startunterlagen

ab 09:00 Uhr im Stadiongebäude

**Telefon** wird im **Informationsblatt zu den MDM** veröffentlicht.

**Org.-Gebühren** Einzel 7,00 €; Staffel 8,00 €  
Nachmeldungen bis 2 Tage vor der Veranstaltung zzgl. 20,00 €  
Nach- und Ummeldungen am Wettkampftag zzgl. 50,00 €

**Beachte** Bitte unbedingt die „Allgemeinen Bestimmungen LM/BM/MDM des LVSA“ beachten.

**Hinweise** **Sportler, die jünger als AK U18 sind, sind nicht teilnahmeberechtigt  
(Ausnahme Rahmenwettbewerbe)**

Zeitplan Mitteldeutsche Meisterschaften Erwachsene  
Samstag, 06.07.2019, Dessau-Roßlau

	Frauen	Männer	U20 / U18	
11:00	Weit Diskus	110 m Hü VL Kugel	-	11:00
11:15	100 m Hü VL	Stab	-	11:15
11:30	-	100 m VL	-	11:30
11:45	100 m VL	-	-	11:45
12:00	-	110 m Hü F	-	12:00
12:15	100 m Hü F	-	-	12:15
12:20	-	Speer	Kugel MJ U20	12:20
12:30	Hoch	100 m F	-	12:30
12:45	100 m F	-	-	12:45
13:00	-	1.500 m F Weit	-	13:00
13:15	1.500 m F	-	-	13:15
13:30	-	400 m ZF	-	13:30
13:40	Kugel	Diskus	Speer WJ U18	13:40
13:45	400 m ZF	-	-	13:45
13:50	Stab	-	-	13:50
14:00	-	400 m Hü ZF	-	14:00
14:15	400 m Hü ZF	Hoch	-	14:15
14:30	Drei	800 m ZF Drei	-	14:30
14:45	800 m ZF	-	-	14:45
15:00	Speer	200 m ZF	Kugel WJ U18 Diskus MJ U20	15:00
15:15	200 m ZF	-	-	15:15
15:30	5.000 m F	5.000 m F	-	15:30
16:00	-	4x100 m ZF	-	16:00
16:15	4x100 m ZF	-	-	16:15