

NORDDEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN

Männer, Frauen, Jugend U 18

13./14. Juli 2013 in Berlin-Lichterfelde

Ausrichter

Berliner Leichtathletik-Verband
TuS Lichterfelde

Austragungsstätte

Stadion Lichterfelde, Ostpreußendamm 3-17, 12207 Berlin

Telefon

In Notfällen (z.B. Stau bei der Anreise etc.) steht am Veranstaltungstag folgende Rufnummer zur Verfügung:
0176 / 3816 0651.

Meldungen

Die Meldungen sind bis Dienstag, **2. Juli 2013** online oder 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 von 2012/2013. 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>MJ U18</u>	<u>WJ U18</u>
100 m	11,50	13,30	12,40	13,50
200 m	23,20	26,80	24,50	27,60
400 m	51,50	61,50	55,50	64,90
800 m	1:59,00	2:18,00	2:05,00	2:30,00
1500 m	4:05,00	5:00,00	4:30,00	5:20,00
3000 m	----	----	ohne	ohne
5000 m	15:45,00	19:00,00	----	----
100 m Hürden	----	15,70	----	16,40
110 m Hürden	15,40	----	16,50	----
400 m Hürden	59,50	68,00	62,30	70,00
1500 m Hindernis	----	----	----	ohne
2000 m Hindernis	----	----	ohne	----
3000 m Hindernis	ohne	ohne	----	----
4 x 100 m-Staffel	ohne	ohne	ohne	ohne
Hochsprung	1,92	1,60	1,75	1,50
Stabhochsprung	4,20	2,80	3,00	2,50
Weitsprung	6,50	5,50	6,20	5,00
Dreisprung	13,50	11,20	11,70	10,30
Kugelstoß	14,00	11,60	13,30	10,50
Diskuswurf	40,00	38,00	35,00	28,00
Hammerwurf	44,00	32,00	40,00	25,00
Speerwurf	56,00	40,00	45,00	32,00

Sprunghöhen

Hochsprung Männer	1,81 bis 1,96 m	5 cm,	weiter jeweils	3 cm,
Hochsprung Frauen	1,50 bis 1,65 m	5 cm,	weiter jeweils	3 cm,
Hochsprung MJ U18	1,62 bis 1,77 m	5 cm,	weiter jeweils	3 cm,
Hochsprung WJ U18	1,45 bis 1,55 m	5 cm,	weiter jeweils	3 cm,
Stabhochsprung Männer	4,00-4,40 m → 20 cm / 4,40-5,30 m → 10 cm / ab 5,30 m → 5 cm,			
Stabhochsprung Frauen	2,70-2,90 m → 20 cm / 2,90-4,10 m → 10 cm / ab 4,10 m → 5 cm,			
Stabhochsprung MJ U18	2,60-3,00 m → 20 cm / 3,00-4,50 m → 10 cm / ab 4,50 m → 5 cm,			
Stabhochsprung WJ U18	2,30-2,70 m → 20 cm / 2,70-3,60 m → 10 cm / ab 3,60 m → 5 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 2013". Umkleide- und Duschräume befinden sich im Stadion. Die Meldungen und die Ergebnisliste können im Internet unter www.leichtathletik-in-bremen.de und www.leichtathletik-berlin.de eingesehen werden.

Unterkunft

www.berlin.de/tourismus oder www.visitberlin.de

Anfahrhinweise

In unmittelbarer Nähe des Stadions stehen nur begrenzt Parkplätze zur Verfügung. Bitte ggf. einen längeren Fußweg zum Stadion einplanen, damit die Abgabe der Stellplatzkarten (90 min) pünktlich erfolgen kann.

Zeitplan - Samstag, 13.07.2013

12.00				Drei Kugel Stab Diskus	W W MJU18 MJU18	F F F F
12.30	400 m Hü.	WJU18	ZF			
12.40	400 m Hü.	W	ZF			
12.50	400 m Hü.	MJU18	ZF			
13.00	400 m Hü.	M	ZF	Hoch	M	F
13.15	100 m	WJU18	VL	Drei	M	F
13.30				Diskus Kugel	M WJU18	F F
13.35	100 m	MJU18	VL			
14.00	100 m	W	VL	Stab	WJU18	F
14.15	100 m	M	VL			
14.35	800 m	W	ZF			
14.40				Weit	MJU18	F
14.45	800 m	M	ZF	Kugel	M	F
15.00	100 m	WJU18	ZL	Diskus	W	F
15.10	100 m	MJU18	ZL			
15.20	100 m	W	ZL			
15.30	100 m	M	ZL	Hoch	W	F
15.45				Kugel	MJU18	F
15.45	800 m	WJU18	ZF			
15.55	800 m	MJU18	ZF			
16.05	100 m	WJU18	F			
16.10	100 m	MJU18	F			
16.15	100 m	W	F			
16.20	100 m	M	F			
16.30	3.000 m	MJ/WJU18	ZF	Weit Diskus	WJU18 WJU18	F F
16.45	4 x 100 m	WJU18	ZF			
16.55	4 x 100 m	MJU18	ZF			
17.05	4 x 100 m	W	ZF			
17.15	4 x 100 m	M	ZF			
17.20	5.000 m	W	F			
17.40	5.000 m	M	F			

Zeitplan - Sonntag, 14.07.2013

10.30	1.500 m Hi.	WJU18	F	Hammer Speer Drei Stab	W MJU18 WJU18 W	F F F F
10.40	2.000 m Hi.	MJU18	F			
10.55	3.000 m Hi.	W	F			
11.15	3.000 m Hi.	M	F			
11.30				Hammer	WJU18	F
11.45				Drei	MJU18	F
12.00	110 m Hü.	M	VL	Speer	M	F
12.10	110 m Hü.	MJU18	VL			
12.25	100 m Hü.	W	VL			
12.30				Hoch	MJU18	F
12.35	100 m Hü.	WJU18	VL			
12.50	200 m	M	VL			
13.00				Hammer	M/MJU18	
13.10	200 m	W	VL	Weit	M	F
13.20	200 m	MJU18	VL			
13.40	200 m	WJU18	VL	Stab Speer	M W	F F
14.00	110 m Hü.	M	F			
14.05	110 m Hü.	MJU18	F			
14.10	100 m Hü.	W	F			
14.15	100 m Hü.	WJU18	F			
14.25	200 m	M	F			
14.30	200 m	W	F	Speer	WJU18	F
14.40	200 m	MJU18	F	Weit	W	F
14.45	200 m	WJU18	F			
14.50				Hoch	WJU18	F
14.55	1.500 m	M	ZF			
15.10	1.500 m	W	ZF			
15.20	1.500 m	MJU18	ZF			
15.35	1.500 m	WJU18	ZF			
15.45	400 m	M	ZF			
16.00	400 m	W	ZF			
16.10	400 m	MJU18	ZF			
16.25	400 m	WJU18	ZF			