

# Steirischer Leichtathletikverband

## Sportprogramm 2010

### 3. Teil - Freiluftwettkämpfe

Das Sportprogramm des StLV ist heuer wieder dreigeteilt und wird grundsätzlich nur mehr zum Download auf der Homepage [www.stlv.at](http://www.stlv.at) zur Verfügung gestellt:

- 1. Teil      Allgemeine Bestimmungen und Terminkalender
- 2. Teil      Hallensaison

**3. Teil      Freiluftsaison**

Das Laufsportprogramm wird von der Laufsportkommission gesondert ausgearbeitet und steht ebenfalls mit einem Link von der Homepage [www.stlv.at](http://www.stlv.at) zum Download zur Verfügung.

# Internationales KÄRCHER Meeting & Nachwuchsopening mit Steirischer Meisterschaft Langstaffeln U14, U16 und U20 Leibnitz 2010

**Zeit und Ort:** Sonntag 02.05.2010 - Freizeitzentrum Leibnitz

**Veranstalter:** SU Kärcher Leibnitz

**Nennungen:** Erwünscht über das **Online Anmeldesystem** auf <http://daten.oelv.at>  
oder (falls keine ÖLV-Lizenz vorhanden) an [nungung@stlv.at](mailto:nennung@stlv.at)

**bis spätestens Dienstag, 27.04.2010**

**Nenngebühr:** U18 & U20 & Allg.Klasse: € 7,- /Bewerb; U12 –U16: € 2,- /Bewerb

**Nachnennung:** bis eine Stunde vor Bewerbsbeginn:

U18 & U20 & Allg.Klasse: € 10,- /Bewerb; U12-U16: Keine Nachnenngebühr!

**Steir. Meistersch.:** **WU20: 3 x 800m**                      **WU16: 3 x 800m**                      **WU14: 3 x 600m**  
**MU20: 3 x 1000m**                      **MU16: 3 x 1000m**                      **MU14: 3 x 1000m**

Meisterschaftsnennungen bis 1 Std. vor dem Bewerb an der Meldestelle

Nennung mit den aufgelegten Meldeformularen. Nenngeld € 2,- je Staffel

Zeit	Frauen	WU18+WU16	WU14+WU12	Männer	MU18+MU16	MU14+MU12	Zeit
09:00			Vortex WU12			Weit-Zone MU12	09:00
09:15			Vortex WU14				09:15
09:45						Hoch MU14	09:45
10:15						50m Hü MU12	10:15
10:30	Stab	Stab WU18	50m Hü WU12	Stab*	Stab MU18*		10:30
10:45			Weit-Zone WU12			Vortex MU12	10:45
11:00			60m Hü WU14				11:00
11:15						60m Hü MU14	11:15
11:30			Hoch WU14				11:30
11:45						3x1000m MU14	11:45
12:00					3x1000m MU16		12:00
12:10			5x80m WU12			Vortex MU14	12:10
12:15						5x80m MU12	12:15
12:30	Weit	Weit WU18		Stab	Stab MU18		12:30
12:45			3x600m WU14				12:45
13:00		3x800m WU16					13:00
13:15				Kugel +MU20	Kugel MU18+MU16		13:15
13:30	Diskus	Diskus WU18		100m VL			13:30
13:45					100m VL MU18		13:45
14:00	100m ZL						14:00
14:10		100m VL WU18					14:10
14:45	Kugel	Kugel WU18+WU16		100mEL			14:45
14:50					100m EL MU18		14:50
14:55							14:55
15:00		100m EL WU18		Diskus +MU20	Diskus MU18		15:00
15:30	3000m	3000m WU18					15:30
15:50				3000m	3000m MU18		15:50
16:00	Hoch	Hoch WU18		Weit	Weit MU18		16:00
16:15	Speer	Speer WU18+WU16		300m			16:15
16:40	300m						16:40
17:25				Speer	Speer MU18+MU16		17:25
17:30	3x800m WU20			Hoch	Hoch MU18		17:30
17:45				8x50m Feuer- wehr			17:45
17:55				3x1000m MU20			17:55
18:10	Medley-Staffel						18:10
18:15				Medley-Staffel			18:15

→ die Medley-Staffeln bestehen aus den vier Strecken: 100m – 200m – 300m und 400m

\* Stabhoch für Männer mit einer Anfangshöhe von unter 3,50m

## STEIRISCHE MEISTERSCHAFTEN U14 (Teil I) und „MEET&MONEY“- STLV - Laufaufbaumeeting

**Zeit und Ort:** Freitag, 07.05.2010 – USZ Graz Rosenhain

**Veranstalter:** STLV

**Nennungen:** **Steirische Meisterschaft U14:** Nennung an [nennung@stlv.at](mailto:nennung@stlv.at) spätestens aber eine Stunde vor Bewerbungsbeginn an der Meldestelle  
**Meeting:** Erwünscht über das **Online Anmeldesystem** auf <http://daten.oelv.at> oder (falls keine ÖLV-Lizenz vorhanden) an [nennung@stlv.at](mailto:nennung@stlv.at) bis spätestens Montag, 03.05.2010

**Nenngebühr:** Meeting: € 5,- /Bewerb; Steirische Meisterschaft U14: € 2,- /Bewerb

**Nachnennung:** Meeting: € 8,-/Bewerb

**Preise:** Für das Meeting in der allgemeinen Klasse sind Geldpreise ausgeschrieben. Über alle vier Strecken – sowohl männlich als auch weiblich – erhält  
**der Sieger bzw. die Siegerin** € 25,--  
**der oder die Zweitplatzierte** € 15,--  
**und der oder die Drittplatzierte** € 10,--

### Zeitplan:

	MÄNNER (Meeting)	FRAUEN (Meeting)	STLV MS MU14	STLV MS WU14	
17:00		100m Hü			17:00
17:05	100m Hü (nur MU16)				17:05
17:30	150m ZL		Vortex 120		17:30
17:40		150m ZL			17:40
18:00				60m VL	18:00
18:15			60m VL	Hochsprung	18:15
18:35	300m ZL				18:35
18:40		300m ZL			18:40
19:00				60m EL	19:00
19:15			60m EL		19:15
19:30	600m ZL		Hochsprung	Vortex 120	19:30
19:40		600m ZL			19:40
19:50				2000m ZL	19:50
20:05			2000m ZL		20:05
20:30	1 Meile ZL				20:30
20:40		1 Meile ZL			20:40

Gelb hinterlegte Bewerbe sind gewünschte Zusatzbewerbe für die es kein Preisgeld gibt !

## STEIRISCHE MEHRKAMPF-MEISTERSCHAFTEN U14 UND MEHRKAMPF U12 + 2. Steiermark-Meeting + STEIRISCHE MEISTERSCHAFTEN Langstaffeln Allg.Klasse

**Zeit und Ort:** Sonntag, 16.05.2010 – Stadion TSV Hartberg

**Veranstalter:** TSV Sparkasse Hartberg, STLV

**Nennungen:** **Mehrkampf U12 & U14:** Nennung per Mail an [nennung@stlv.at](mailto:nennung@stlv.at) oder [hannes.riedenbauer@gmail.com](mailto:hannes.riedenbauer@gmail.com) spätestens aber eine Stunde vor Bewerbungsbeginn an der Meldestelle  
**Meeting und Langstaffeln:** Erwünscht über das **Online Anmeldesystem** auf <http://daten.oelv.at> oder (falls keine ÖLV-Lizenz vorhanden) an [nennung@stlv.at](mailto:nennung@stlv.at) bis spätestens **Donnerstag, 13.05.2010**

**Nenngebühr:** Meeting: € 7,- /Bewerb; Mehrkampf U12 & U14: € 2,-

**Nachnennung:** Meeting: € 10,-/Bewerb

**Startnummernausgabe und Meldung:** für **alle Athleten** bis spätestens eine Stunde vor dem Beginn des ersten Bewerbs bei der Meldestelle.

**Bewerbe:** **WU 14:** ÖLV-5-Kampf: 60mHü (0,60m/13m/11,5m),Hoch, 60m, Vortex, 1200m Cross  
**MU 14:** ÖLV-5-Kampf: 60mHü (0,60m/13m/11,5m),Hoch, 60m, Vortex, 1200m Cross  
**WU 12:** 4-Kampf: 50mHü (0,50m/11m/10m), Weit-Zone, Vortex, 600m Cross  
**MU 12:** 4-Kampf: 50mHü (0,50m/11m/10m), Weit-Zone, Vortex, 600m Cross  
*Die Bewerbsreihenfolge wird bei Bedarf geringfügig geändert!*  
**Teamwertung:** Die drei Bestplatzierten eines Vereins – dann die nächsten drei, falls so viele Athleten vorhanden sind, usw. - werden automatisch zu einer Mannschaft zusammengefasst.

**Sprunghöhen:** Hoch WU14 und MU14: 1.00-1.30 (+5cm), 1.33 (+3cm)

Eine niedrigere Sprunghöhe in Absprache mit den Kampfrichtern darf von den Athleten in Anspruch genommen werden.

**Siegerehrung und Preise:** Die Siegerehrungen finden ca. eine Stunde nach Beendigung des abschließenden Crosslaufs statt. Die 3 Erstplatzierten der Steirischen Meisterschaft (auch Mannschaften) jeder Wertungsklasse erhalten die Meisterschaftsmedaillen des StLV. Jeder Teilnehmer (U12 & U14) erhält eine Urkunde.

	MU12(99/0x)	WU12(99/0x)	MU14(97/98)	WU14(97/98)	
10:00				60m H	10:00
10:30			60m H		10:30
10:50		50m H			10:50
11:15	50m H				11:15
	Männer	Frauen	MU18 (93/94)	WU18 (93/94)	
14:30	4x400m	Kugel, Hoch		Kugel, Hoch	14:30
14:40		4x400m			14:40
14:50	100m Ztl.				14:50
15:00			100m Ztl.		15:00
15:10		100m Ztl.			15:10
15:20				100m Ztl.	15:20
15:30	Kugel, Hoch	Speer	Kugel, Hoch	Speer	15:30
15:45	3000m, Weit		3000m, Weit		15:45
16:00		3000m		3000m	16:00
16:15	200m	Weit	200m	Weit	16:15
16:30	Speer	200m	Speer	200m	16:30
16:45	3x1000m				16:45
17:00		3x800m			17:00

## STEIRISCHE MEISTERSCHAFT U14 (Teil II) & U18

**Zeit und Ort:** Freitag und Samstag, 28.-29.05.2010 – USZ Graz Rosenhain

**Veranstalter:** STLV

**Nennungen:** Steirische Meisterschaft U14 & U18: Erwünscht über das **Online Anmeldesystem** auf <http://daten.oelv.at> oder (falls keine ÖLV-Lizenz vorhanden) an [nennung@stlv.at](mailto:nennung@stlv.at) bis **spätestens Montag, 24.05.2010**

**Nenngebühr:** Steirische Meisterschaft U14 & U18: € 2,- /Bewerb

**ACHTUNG: Hammerwurf der U18 findet am 21.05.2010 im Stadion Knittelfeld statt!!! (gesonderte Ausschreibung)**

Fr.28.05.2010	STLV MS MU 18	STLV MS WU 18	STLV MS MU14	STLV MS WU14	Fr.28.05.2010
18:00	Stab E	Stab E, Diskus 1	60m VL	Kugel 3	18:00
18:10				60m VL	18:10
18:20			Weit B		18:20
18:30	100m VL				18:30
18:40		100m VL			18:40
18:50			60m EL		18:50
18:55				60m EL	18:55
19:00	Weit A, Diskus 1,5	Kugel 4			19:00
19:05	800m ZL				19:05
19:10		800m ZL			19:10
19:15			800m ZL		19:15
19:20				800m ZL, Weit B	19:20
19:30	100m EL				19:30
19:35		100m EL			19:35
19:45			Kugel 3		19:45
20:00		Weit A			20:00
20:15	400m ZL				20:15
20:20		400m ZL			20:20
20:25	Kugel 5		5x80m ZL		20:25
20:30				5x80m ZL	20:30
20:45	3000m ZL	3000m ZL			20:45
Sa.29.05.2010	STLV MS MU 18	STLV MS WU 18			Sa.29.05.2010
11:15	Hoch E	400m H ZL, Drei E			11:15
11:30	400m H ZL				11:30
12:00	Speer E	100m H ZL			12:00
12:20	110m H ZL				12:20
12:30		1500m ZL			12:30
12:45	1500m ZL, Drei E	Hoch E			12:45
13:00		200m ZL			13:00
13:15	200m ZL	Speer E			13:15
13:35	2000m Hi ZL				13:35
14:00		4x100m			14:00
14:05	4x100m				14:05

## STEIRISCHE MEISTERSCHAFT Allg. Klasse, U20- und U16-Klasse

**Zeit und Ort:** Samstag und Sonntag, 12.-13.06.2010 – Franz-Fekete- Stadion Kapfenberg

**Veranstalter:** KSV-ece-LA, STLV

**Nennungen:** Steirische Meisterschaft U16 & U20 & allg.Kl.: Erwünscht über das **Online Anmeldesystem** auf <http://daten.oelv.at> oder (nur, wenn keine ÖLV-Lizenz vorhanden) an [nennung@stlv.at](mailto:nennung@stlv.at) bis spätestens Montag, 07.06.2010

**Nenngebühr:** siehe Sportprogramm – Allgemeiner Teil

**ACHTUNG:** der Hammerwurf findet am 11.06.2010 auf der Pink-Ranch statt!!!  
3000m Hindernis-Meisterschaften werden

### Modalitäten für die Meisterschaften:

1. U16-AthletInnen können NICHT an den Meisterschaften der Allgemeinen Klasse teilnehmen – ausgenommen in Staffeln, wenn sie nicht an der U16-Staffel teilnehmen.
2. AthletInnen, die in der U20-Klasse startberechtigt sind und auch in der Allgemeinen Klasse starten wollen müssen sich in beiden Klassen (online) anmelden (Nenngeld wird für beide Klassen verrechnet) – sie werden dann in der Allgemeinen Klasse und der U20-Klasse gewertet.
3. Für technische Bewerbe mit Vorkampf unter gleichen Bedingungen (Gewichte) gilt: Es können jeweils höchstens 8 TeilnehmerInnen in jeder Klasse in den Endkampf kommen, wobei doppelt gemeldete Athleten bzw. Athletinnen sowohl in der U20- als auch in der Allgemeinen Klasse einen Endkampf-Platz belegen.
4. Bei zeitgleichen Wettkämpfen unter verschiedenen Bedingungen (Gewichte, Hürden), muss sich der U20-Athlet für eine Klasse entscheiden.
5. Bei den Sprintbewerben gelten für die Wertung beider Klassen die Platzierungen in den Finalläufen (Aufstiegsmodus wird vom TD festgelegt) und danach die Reihung nach den Zeiten aus den Vorläufen.

Allgemeine Klasse		Meisterlimits:			
Bewerb	Männer	Frauen	Bewerb:	Männer	Frauen
100m	11,44	12,94	Hoch	1,81	1,53
200m	23,00	26,74	Stabhoch	3,70	2,75
400m	51,64	61,84	Weit	6,50	5,25
800m	2:01,5	2:25,0	Drei	12,75	10,00
1500m	4:15,0	5:15,0	Kugel	12,50	10,90
5000m	15:50,0	20:25,0	Diskus	38,00	34,00
10000m	33:30,0	42:00,0	Hammer	38,00	30,00
			Speer	48,00	37,00
100/110Hü	16,20	16,44	4 x 100m	46,00	52,50
400m Hü	59,94	71,00	4 x 400m	3:42,00	4:26,00
3000m Hi	10:28,0	12:30,0	3 x 1000m	8:30,00	
			3 x 800m		8:00,00

Gelten, wenn nur ein Teilnehmer in der jeweiligen Disziplin in die Wertung kommt.

## Zeitplan:

Sa.12.06.2010	WU 16 (95-98)	MU 16 (95-98)	WU 20 (91-94)	MU 20 (91-94)	Frauen	Männer	Sa.12.06.2010
14:30	4 X 100m		4 X 100m		4 X 100m		14:30
14:40		4 X 100m		4 X 100m		4 X 100m	14:40
14:45	Stab	Stab	Stab		Stab		14:45
15:00	300m Hü			Diskus		Diskus	15:00
15:15	Weit	300m Hü					15:15
15:30	Kugel	Kugel					15:30
15:45			100m Hü ZL		100m Hü ZL		15:45
16:00				110m Hü ZL		110m Hü ZL	16:00
16:15	800m ZL						16:15
16:25		800m ZL	Diskus		Diskus		16:25
16:35			800m ZL		800m ZL		16:35
16:45				800m ZL		800m ZL	16:45
16:55	100m VL		Drei	Drei	Drei	Drei	16:55
17:05		100m VL					17:05
17:15			100m VL	Kugel	100m VL	Kugel	17:15
17:25				100m VL		100m VL	17:25
17:30	Diskus	Diskus	DEMO: 100m retro	DEMO: 100m retro	DEMO: 100m retro	DEMO: 100m retro	17:30
17:45	100m EL			Stab		Stab	17:45
17:50		100m EL					17:50
17:55			100m EL		100m EL		17:55
18:05		Weit		100m EL		100m EL	18:05
18:10			Kugel		Kugel		18:10
18:15			5000m ZL	5000m ZL	5000m ZL	5000m ZL	18:15
18:45			400m ZL		400m ZL		18:45
18:55				400m ZL		400m ZL	18:55

So.13.06.2010	WU 16 (95-98)	MU 16 (95-98)	WU 20 (91-94)	MU 20 (91-94)	Frauen	Männer	So.13.06.2010
10:00	Speer	Hoch	400m Hü		400m Hü		10:00
10:10			Weit		Weit		10:10
10:15				400m Hü		400m Hü	10:15
10:45	80m Hü ZL						10:45
11:00	Hoch	Speer	1.500m		1.500m		11:00
11:15		100m Hü ZL		1.500m ZL, Weit		1.500m ZL, Weit	11:15
11:30	3.000m ZL						11:30
11:45		3.000m ZE	Speer 600g		Speer 600g		11:45
12:00			Hoch		Hoch		12:00
12:15	300m ZL						12:15
12:20		300m ZL					12:20
12:30			DEMO: 400m retro	DEMO: 400m retro	DEMO: 400m retro	DEMO: 400m retro	12:30
12:50			200m ZL	Speer, Hoch	200m ZL	Speer, Hoch	12:50
13:00				200m ZL		200m ZL	13:00

<b>Sprunghöhen:</b>	M&MU20:	1,65-1,70-1,75-1,80-1,85-1,88-1,91 (+3cm) 3,00-3,20-3,40-3,60-3,80-3,90-4,00 (+10cm)
	F&WU20:	1,35-1,40-1,45-1,50-1,55-1,58-1,61 (+3cm) 2,20-2,40-2,60-2,80-2,90-3,00 (+10cm)
	MU16:	1,35-1,40-1,45-1,50-1,55-1,58-1,61 (+3cm) 2,20-2,40-2,60-2,80-2,90-3,00 (+10cm)
	WU16:	1,25-1,30-1,35-1,38-1,41 (+3cm) 2,00-2,20-2,30-2,40-2,50-2,60 (+10cm)

## STEIRISCHE MEISTERSCHAFT der Masters

**Zeit und Ort:** Samstag, 04.09.2010 – Freizeitzentrum Leibnitz

**Veranstalter:** SU Kärcher Leibnitz, STLV

**Nennungen:** Erwünscht über das **Online Anmeldesystem** auf <http://daten.oelv.at> oder (falls keine ÖLV-Lizenz vorhanden) an [nennung@stlv.at](mailto:nennung@stlv.at) unter Angabe von Name, Vorname, Jahrgang, Verein, evt. ÖLV-Nr.  
**bis spätestens Montag, 30.08.2010**

**Nenngebühr:** € 10,- für den ersten Bewerb und € 7,- für jeden weiteren  
**Nachnennung: doppeltes Nenngeld!**

<b>Altersklassen:</b>	M30 / W30	1976 - 80	M55 / W55	1951 - 55
	M35 / W35	1971 - 75	M60 / W60	1946 - 50
	M40 / W40	1966 - 70	M65 / W65	1941 - 45
	M45 / W45	1961 - 65	M70 / W70	1936 - 40
	M50 / W50	1956 - 60	M75 / W75	1931 - 35
			M80 / W80	1926 – 30

**Eigene Geräte:** können nach den Bestimmungen der Österr. LAO nach erfolgter Gerätekontrolle verwendet werden.

**Platzmeldung:** bis spätestens 60 min vor Bewerbungsbeginn an der Meldestelle

**Siegerehrung:** Unmittelbar nach Bewerbende vor der Tribüne  
Internationale und Steirische Wertung getrennt.

**Haftung:** Die Veranstalter übernehmen keine Haftung für Schäden an Personen und Sachen. Die Veranstaltung wurde dem ÖLV gemeldet und wird nach den Bestimmungen der IAAF und des ÖLV durchgeführt.

### Gewichte:

W30/W45	Kugel 4 kg	Diskus 1 kg	Speer 600 g	Hammer 4 kg
W50/W55	Kugel 3 kg	Diskus 1 kg	Speer 500 g	Hammer 3 kg
W65/W75	Kugel 3 kg	Diskus 1 kg	Speer 400 g	Hammer 3 kg
W80	Kugel 3 kg	Diskus 0,75	Speer 400 g	Hammer 3 kg
M30/M45	Kugel 7,26 kg	Diskus 2 kg	Speer 800 g	Hammer 7,26 kg
M50/M55	Kugel 6 kg	Diskus 1,5 kg	Speer 700 g	Hammer 6 kg
M60/M65	Kugel 5 kg	Diskus 1 kg	Speer 600 g	Hammer 5 kg
M70/M75	Kugel 4 kg	Diskus 1 kg	Speer 500 g	Hammer 4 kg
M80	Kugel 3 kg	Diskus 1 kg	Speer 400 g	Hammer 3 kg

**Quartier:** Übernachtungsmöglichkeit im Jugend- und Familiengästehaus Leibnitz (direkt an der Anlage)

**Am Samstag, dem 04.09. findet im Anschluss an die Meisterschaften – etwa um 19:15 Uhr - im Jugend- und Familiengästehaus Leibnitz eine Feier mit dem Titel „Hans Pink – 50 Jahre aktive Leichtathletik“ statt. Hans Pink wird sein Gesangstalent unter Beweis stellen. Eintritt ist frei – um eine Freiwillige Spende wird gebeten.**

## Zeitplan:

<b>Zeit</b>	<b>Männer</b>	<b>Frauen</b>	<b>Zeit</b>
<b>09:30</b>	Diskus M50-M55 Kugel M30-M45	Hoch W30-W80	<b>09:30</b>
<b>10:00</b>	100m M30-M45		<b>10:00</b>
<b>10:15</b>		100m W30-W45	<b>10:15</b>
<b>10:30</b>	Kugel M60-M80 Hoch M30-M55	Diskus W30-W45	<b>10:30</b>
<b>11:00</b>	60m M50-M80		<b>11:00</b>
<b>11:15</b>		60m W50-W80	<b>11:15</b>
<b>11:30</b>	200m M30-M80	Diskus W50-W80	<b>11:30</b>
<b>12:00</b>	1500m M30-M80 Kugel M50-M55	Weit W30-W80	<b>12:00</b>
<b>12:30</b>	Diskus M30-M45		<b>12:30</b>
<b>13:00</b>		Kugel W30-W45	<b>13:00</b>
<b>13:30</b>	Diskus M60-M80		<b>13:30</b>
<b>14:00</b>	Hoch M60-M80	Kugel W50-W80	<b>14:00</b>
<b>14:30</b>	Speer M30-M45		<b>14:30</b>
<b>15:00</b>	Weit M30-M80		<b>15:00</b>
<b>16:00</b>		Speer W30-W80	<b>16:00</b>
<b>16:30</b>	400m M30-M80		<b>16:30</b>
<b>17:00</b>	Speer M50-M80		<b>17:00</b>
<b>17:30</b>	5000m Gehen	3000m Gehen W30-W80	<b>17:30</b>
<b>18:00</b>	Stabhoch M30-M80	5000m W30-W80	<b>18:00</b>
<b>18:30</b>	5000m M30-M80		<b>18:30</b>
<b>19:15</b>	„50 Jahre Hans Pink“	„50 Jahre Hans Pink“	<b>19:15</b>

**STEIRISCHE MEHRKAMPF- MEISTERSCHAFT U16 – Allg. Klasse****Zeit und Ort:** Samstag und Sonntag, 18.-19.09.2010 – BSFZ Schielleiten**Veranstalter:** STLV**Nennungen:** Erwünscht über das **Online Anmeldesystem** auf <http://daten.oelv.at> oder (falls keine ÖLV-Lizenz vorhanden) an [nennung@stlv.at](mailto:nennung@stlv.at) unter Angabe von Name, Vorname, Jahrgang, Verein, evt. ÖLV-Nr.  
**bis spätestens Montag, 13.09.2010****Nenngebühr:** siehe Sportprogramm – Allgemeiner Teil

**Bewerbe:**

**Männer:** int.10-Kampf: 1. Tag: 100m, Weit, Kugel, Hoch, 400m  
2. Tag: 110mHü, Diskus, Stabhoch, Speer, 1500m

**MU 20:** 10-Kampf: 1.Tag: 100m, Weit, Kugel (6kg), Hoch, 400m  
2.Tag: 110mHü (13,72 – 9,14 – 0,99), Diskus (1,75kg), Stabhoch, Speer, 1500m

**MU 18:** 10-Kampf: 1.Tag: 100m, Weit, Kugel (5kg), Hoch, 400m  
2.Tag: 110mHü (13,72 – 9,14 – 0,91), Diskus (1,5kg), Stabhoch, Speer (700g), 1000m

**MU 16:** 7-Kampf: 1.Tag: 100m, Weit, Speer (600g)  
2.Tag: 110mHü (13,00 – 8,50 – 0,84), Kugel (4kg), Hoch, 1000m

**Frauen int.7-Kampf:** 1.Tag: 100mHü, Kugel, Hoch, 200m  
**+ WU 20:** 2.Tag: Weit, Speer, 800m

**WU 18:** 7-Kampf: 1.Tag: 100mHü (13,00 – 8,50. – 0,76), Kugel (4kg), Hoch, 200m  
2.Tag: Weit, Speer (600g), 800m

**WU 16:** 7-Kampf: 1.Tag: 80mHü (12,00 – 8,00. – 0,76), Weit, Speer (400g), 100m  
2.Tag: Hoch, Kugel (3kg), 800m

**Jedermänner:** 1. Tag: 100m, Weit, Kugel, Hoch, 400m  
2. Tag: 110mHü (0,91m), Diskus, Stabhoch, Speer, 1500m

**Beginnzeiten:**

<b>Samstag, 18.09.</b>	Männer+MU20		
	+MU18+Jedermänner	13:00	100m
	MU16	15:00	100m
	Frauen+WU20+WU18	14:00	100mHü
	WU16	13:30	80mHü
<b>Sonntag, 19.09.</b>	Männer+MU20		
	+MU18+Jedermänner	09:30	110mHü
	MU16	10:40	100mHü
	Frauen+WU20+WU18	10:30	Weit
	WU16	10:30	Hoch

**Die jeweils folgenden Bewerbe werden ca. eine halbe Stunde nach Beendigung des vorangegangenen Bewerbes angesetzt.**

**Sprunghöhen:**

Männer + MU 20: Hoch: 1,50 – 1,75 (+5cm), 1,78 (+3cm)  
Stab: 2,50 – 3,30 (+20cm), 3,40 (+10cm)

MU 18: Hoch: 1,35 – 1,65 (+5cm), 1,68 (+3cm)  
Stab: 2,10 – 2,90 (+20cm), 3,00 (+10cm)

MU 16: Hoch: 1,30 – 1,55 (+5cm), 1,58 (+3cm)

Frauen + WU 20: Hoch: 1,30 – 1,55 (+5cm), 1,58 (+3cm)

MU 18: Hoch: 1,25 – 1,45 (+5cm), 1,48 (+3cm)

MU 16: Hoch: 1,15 – 1,35 (+5cm), 1,38 (+3cm)

Schwächere Springer haben die Möglichkeit, eine niedrigere Anfangshöhe zu wählen. Die zweite Höhe muss aber den oben angeführten Sprunghöhen entsprechen !