

Südwestdeutsche Senioren - Meisterschaften 2016

- Veranstalter: Leichtathletik-Verbände
Rhein Hessen – Pfalz – Saarland – Rheinland
- Ausrichter: LV Rhein Hessen - Gau-Algesheim
- Ort: Ingelheim – Stadion Blumengarten
- Termin: 18./19. Juni 2016
- Meldungen: Leichtathletik-Verband Rhein Hessen
Dalheimer Weg 2, 55128 Mainz oder über
<https://LANet2.de> oder kontakt@lvrhein Hessen.de
- Meldeschluss: 06. Juni 2016
- Meldegebühren: Einzel 7,00 € Staffel 8,00 €
Nachmeldegebühr: zusätzlich 10,00 € pro Disziplin.
- Am Wettkampftag sind Nachmeldungen nicht mehr möglich.
- Haftung: Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für Unfälle,
Diebstähle oder sonstige Schadensfälle.
- Titelvergabe/
Auszeichnungen: Die Sieger erhalten den Titel
"Südwestdeutsche(r) Senioren-Meister(in) 2016".
Urkunden: Platz 1-8. Staffeln Platz 1-6.
Eine Titelvergabe erfolgt immer, wenn in der jeweiligen Alters
klasse von den gemeldeten Teilnehmern mindestens **zwei
Teilnehmer** oder **zwei Staffeln** am Start sind.
Sind in einer Altersklasse nicht zwei Teilnehmer/Staffeln am
Start, erfolgt die Vergabe, wenn die erbrachte Leistung dem
Medaillenstandard entspricht.
- Stellplatz: Stellplatzkarten für 100m, 200m, 400m, 110m/100m/80mHürden
und 4x100m.
Diese müssen spätestens 60min vor Wettkampfbeginn am
Stellplatz abgegeben werden.
- Gerätekontrolle: erfolgt direkt am Wettkampfort.
- Ergebnislisten: Werden im Internet (www.lvrhein Hessen.de) veröffentlicht.
- Zeitplan: 18. Juni 2016: M30-M55 und W30-W45
(voraussichtlich) 19. Juni 2016: M60-M80+ und W50-W80+
- Zeitplan: wird auf www.lvrhein Hessen.de veröffentlicht.

Wettbewerbe:

Senioren M30 - M35 - M40 - M45 - M50 - M55 - M60 - M65:

100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 110m/100mHürden,
Hochsprung, Weitsprung, Dreisprung (7m/9m/11m),
Kugelstoßen, Diskuswurf, Speerwurf.

Senioren M70 - M75:

100m, 200m, 800m, 80m Hürden,
Hochsprung, Weitsprung,
Kugelstoßen, Diskuswurf, Speerwurf.

Senioren M80 - M85:

100m, 200m
Hochsprung, Weitsprung,
Kugelstoßen, Diskuswurf, Speerwurf

Senioren - Staffeln:

4x100m für M30/35, M40/45, M50/55, M60/65, M70 und älter.

Seniorinnen W30 - W35 - W40 - W45 - W50 - W55:

100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 3000m, 100m/80m Hürden,
Hochsprung, Weitsprung, Dreisprung (bis W50, 7m/9m),
Kugelstoßen, Diskuswurf, Speerwurf.

Seniorinnen W60 - W65:

100m, 200m, 800m, 80m Hürden,
Hochsprung, Weitsprung,
Kugelstoßen, Diskuswurf, Speerwurf.

Seniorinnen W70 - W75 - W80 und älter:

100m, 200m,
Hochsprung, Weitsprung,
Kugelstoß, Diskuswurf, Speerwurf

Seniorinnen - Staffeln:

4x100m für W30/35, W40/45, W50/55, W60 und älter

Alle Laufwettbewerbe werden als Zeitendläufe durchgeführt! (ZE)

Sprunghöhen: **M30/35** 1,45m – 1,50m jeweils 5cm, dann 1,53m weiter +3cm
M40/45 1,35m – 1,50m jeweils 5cm, dann 1,53m weiter +3cm
M50/55 1,15m – 1,30m jeweils 5cm, dann 1,33m weiter +3cm
M60/65 1,00m – 1,10m jeweils 5cm, dann 1,18m weiter +3cm
M70/75 0,90m – 1,05m jeweils 5cm, dann 1,08m weiter +3cm
M80/85 0,80m – 1,05m jeweils 5cm, dann 1,08m weiter +3cm
W30/35 1,15m – 1,20m jeweils 5cm, dann 1,23m weiter +3cm
W40/45 1,05m – 1,20m jeweils 5cm, dann 1,23m weiter +3cm
W50/55 0,95m – 1,00m jeweils 5cm, dann 1,03m weiter +3cm
W60/65 0,90m – 1,00m jeweils 5cm, dann 1,03m weiter +3cm
W70/75 0,80m – 1,00m jeweils 5cm, dann 1,03m weiter +3cm
W80/85 0,80m – 1,00m jeweils 5cm, dann 1,03m weiter +3cm