

Hammerwurf	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Speerwurf	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

In Einzelwettbewerben ist in allen Seniorenklassen ein Start nur in der eigenen Altersklasse möglich ! Nur wenn eine Disziplin für die eigene Altersklasse nicht ausgeschrieben ist, ist eine Teilnahme in der nächstjüngeren Altersklasse möglich, in der diese Disziplin angeboten wird.

Sprunghöhen:

Hochsprung

Senioren M 30/35	1,40 m – 1,45 – 1,50 – 1,55 – 1,58 – weiter alle 3 cm
Senioren M 40/45	1,30 m – 1,35 – 1,40 – 1,45 – 1,50 – 1,53 – weiter alle 3 cm
Senioren M 50 – 60	1,15 m – 1,20 – 1,25 – 1,30 – 1,35 – 1,38 – weiter alle 3 cm
Senioren M 65 – 80	1,00 m – 1,05 – 1,10 – 1,15 – 1,20 – 1,23 – weiter alle 3 cm
Seniorinnen W 30/35	1,15 m – 1,20 – 1,25 – 1,28 weiter alle 3cm
Seniorinnen W 40/45	1,05 m – 1,10 – 1,15 – 1,18 weiter alle 3 cm
Seniorinnen W 50/55	1,00 m – 1,05 – 1,10 – 1,13 weiter alle 3 cm
Seniorinnen W 60 – 80	0,80 m – 0,85 – 0,90 – 0,93 weiter alle 3 cm

Stabhochsprung

Senioren M 30/35	2,20 m	weiter alle 10 cm
Senioren M 40/45	2,10 m	weiter alle 10 cm
Senioren M 50/55	2,00 m	weiter alle 10 cm
Senioren M 60 – 75	1,80 m	weiter alle 10 cm
Seniorinnen W 30/35	1,80 m	weiter alle 10 cm
Seniorinnen W 40/45	1,80 m	weiter alle 10 cm
Seniorinnen W 50 - 75	1,80 m	weiter alle 10 cm

Dreisprung: 13 m / 11 m / 9 m Balken 7 m ggf geklebt, weitere Absprungmöglichkeiten sind nicht vorgesehen.

Wettkampfunterlagen:

Die Ausgabe der Wettkampfunterlagen erfolgt am Samstag ab 09.30 Uhr und am Sonntag ab 08.30 Uhr im Stadion.

Unterkunft:

Berlin Tourismusmarketing, Tel. 030/25 00 25, info@visitberlin.de, www.visitberlin.de

Hinweise:

Beachte „Allgemeine Ausschreibungsbestimmungen 2019“, Umkleide- und Duschräume befinden sich im Stadion. Die Gesamtmeldungen und die Ergebnisliste können im Internet unter www.leichtathletik-berlin.de eingesehen werden.

Zeitplan

Samstag, 15. Juni 2019

11.00	Uhr	3.000 m-H.	M30-55	Diskus Stabhochspr. Stabhochspr.	M30/35 M30-75 W30-75	Kugel	M50/55
11.25	Uhr	2.000 m-H.	M60 u.ä.				
11.40	Uhr	2.000 m-H.	W35 u.ä.				
11.45	Uhr			Diskus	M40/45	Kugel	M60/65
12.00	Uhr	110 m.-Hü	M30-45	Dreisprung	M30-45		
12.10	Uhr						
12.20	Uhr	100 m.-Hü	M50-65				
12.30	Uhr	100 m.-Hü	W30/35				
12.40	Uhr	80 m.-Hü	M70-75 W40/45				
12.50	Uhr	80 m.-Hü	W50-75				
13.00	Uhr			Diskus	M50/55	Kugel	M70-80
13.30	Uhr	800 m	M30-45	Dreisprung	M50-80		
13.40	Uhr	800 m	M50/55				
13.50	Uhr	800 m	M60-80				
14.00	Uhr	800 m	W30-50	Hoch 1	M65-80	Hoch 2	W30-80
14.10	Uhr	800 m	W55-80	Diskus	M60/65	Kugel	M30-45
14.30	Uhr	200 m	M30/35				
14.40	Uhr	200 m	M40/45				
14.50	Uhr	200 m	M50/55				
15.00	Uhr	200 m	M60/65				
15.10	Uhr	200 m	M70-80	Diskus	M70-80		
15.30	Uhr					Kugel	W45-55
15.30	Uhr			Hoch 1	M30-45	Hoch 2	M50-60
15.50	Uhr	200 m	W30/35	Dreisprung	W30-65		
16.00	Uhr	200 m	W40/45	Diskus	W30/40		
16.10	Uhr	200 m	W50/66				
16.20	Uhr	200 m	W60-80			Kugel	W60-80
17.00	Uhr	400 m.-Hü	M30-45				
17.10	Uhr	400 m.-Hü	M50/55				
17:20	Uhr	300 m.-Hü	M60-75	Diskus	W45-55		
		300 m.-Hü	W50-70				
17:30	Uhr					Kugel	W 30-40
17:45	Uhr	5.000 m	M30-45				
		5.000 m	M50-80				
18.00	Uhr			Diskus	W 60-80		
18:30	Uhr	5.000 m	W30-80				

Zeitplan

Sonntag, 16. Juni 2019

10.30	Uhr	100 m	M30/35	Weit 1 Hammer	W30-45 W30-80	Weit 2 Speer	W50-80 M30-45
10.40	Uhr	100 m	M40/45				
10.50	Uhr	100 m	M50/55				
11.00	Uhr	100 m	M60/65				
11.10	Uhr	100 m	M70-80				
11.30	Uhr	100 m	W30/35				
11.40	Uhr	100 m	W40/45	Weit 1	M30-40	Weit 2	M45-55
11.50	Uhr	100 m	W50/55				
12.00	Uhr	100 m	W60-80	Hammer	M30-45	Speer	M50-55
12.40	Uhr	1.500 m	M30-45				
12.50	Uhr	1.500 m	M50/55				
13.00	Uhr	1.500 m	M60-80				
13.20	Uhr	1.500 m	W30-80	Hammer	M45-55	Speer	M60-80
13.50	Uhr	4 x 100 m	M30-80	Weit 1	M60-70	Weit 2	M75/80
14.00	Uhr	4 x 100 m	W30-80				
14.30	Uhr	400 m	M30/35				
14.40	Uhr	400 m	M40/45	Hammer	M60-80	Speer	W30-80
14.50	Uhr	400 m	M50/55				
15.00	Uhr	400 m	M60/65				
15.10	Uhr	400 m	M70-80				
15.20	Uhr	400 m	W30-80				