

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 M30-80 W30-80	Kugel	M50/55
11.25	Uhr	2.000 m-H.	M60 u.ä.				
11.40	Uhr	2.000 m-H	W30 u.ä.				
11.45	Uhr			Diskus	M40/45	Kugel	M60/65
12.00	Uhr	110 m.-Hü	M30/35	Dreisprung	M30-45		
12.10	Uhr	110 m.-Hü	M40/45				
12.20	Uhr	100 m.-Hü	M50-65				
12.30	Uhr	100 m.-Hü	W30/35				
12.40	Uhr	80 m.-Hü	W40/45				
12.50	Uhr	80 m.-Hü	M70-80				
		80 m.-Hü	W50-80				
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			Kugel	M30/35
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		
14.30	Uhr	200 m	M30/35			Kugel	M40/45
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	W30-80		
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
16.30	Uhr	5.000 m	M30-45				
17.20	Uhr			Diskus	W45-55		
17.30	Uhr	400 m.-Hü	M30-45			Kugel	W30-40
17.40	Uhr	400 m.-Hü	M50/55				
		400 m.-Hü	W30-45				
18.00	Uhr	300 m.-Hü	M60-80	Diskus	W60-80		
		300 m.-Hü	W50-80				
18.20	Uhr	5.000 m	M50-80				
19.00	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			