

Gemeinsame Hallenmeisterschaften der Senioren/Innen für Hamburg, Mecklenburg-Vorpommern und Schleswig-Holstein

09.02.2020 – Leichtathletikhalle Hamburg (Stand 25.11.2019)

Veranstaltungsnummer:

20-05-1000-4-05

Veranstalter / Ausrichter:

Hamburger und Schleswig-Holsteinischer Leichtathletik-Verband

Adresse Leichtathletikhalle Hamburg:

Krochmannstraße 55 in 22297 Hamburg

Meldungen:

Bis zum Dienstag, **28.01.2020**

Online-Meldungen über www.ladv.de/ !

Sprunghöhen Hochsprung:

M30-M45 1,35-1,40-1,45-1,50 + 3cm

M50-M65 1,15-1,20-1,25-1,30 + 3cm

M70 u.ä. 0,95-1,00-1,05-1,10 + 3cm

W30 u.ä. 0,85-0,90-0,95-1,00 + 3cm

Sprunghöhen Einlagewettbewerb Stabhoch:

1,80 – 2,00 – 2,20 – 2,30m danach weiter mit Steigerung um 10cm

Die Melde-, Ergebnis- und Helferlisten werden im Internet unter www.hhlv.de veröffentlicht.

Hinweise:

- Am Veranstaltungstag steht für Notfälle (z.B. Stau etc.) zur Vorabmeldung am Stellplatz folgende Rufnummer zur Verfügung: **tba**
- Es gelten die Gebührenordnung des HLV und die Allgemeinen Meisterschaftsbestimmungen.
- **Mit der Meldung ist die Bestleistung (2019/2020) anzugeben.**
- **Es findet nur eine gemeinsame Wertung der teilnehmenden Landesverbände statt.**
- Der Sieger eines Wettbewerbes ist Seniorenmeister der teilnehmenden Landesverbände. Alle weiteren Teilnehmer sind Platzierte im Wettbewerb.
- Bei weniger als drei Teilnehmern kann in einem Wettbewerb der Meistertitel auch vergeben werden, wenn die Mindestleistungen (s. Tabelle) für die Teilnahme an den Deutschen Hallenmeisterschaften der Senioren 2019 erreicht werden.
- **Die Stellplatzkarten sind 60 Minuten vor Wettkampfbeginn am Stellplatz abzugeben.**
- Bei den Kugelstoßwettbewerben werden ausschließlich Stahlkugeln verwendet.
- Die Halle darf nur mit Sportschuhen betreten werden.
- Es dürfen nur Spikes mit max. 6 mm benutzt werden.
- Bei mehr als acht Teilnehmern in einer Klasse finden bei den 60m-Läufen Finalläufe statt.
- Sollte die Sporthalle Hamburg parallel für andere Veranstaltungen genutzt werden, so können Parkgebühren anfallen!

Wettbewerbe, Meisterschaftsstandards und Wertung:

* **Standards 2019** (= Mindestleistungen für die Teilnahme an den DHM Senioren, Qualifikationsleistungen 2020 liegen noch nicht vor.)

Disziplin	M30	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80/85
60m	8,10	8,20	8,40	8,60	8,80	9,10	9,30	9,60	10,10	10,60	12,80/ 13,50
200m	24,50	25,50	25,90	26,10	26,45	28,50	29,80	30,50	33,50	38,50	44,00/ 49,50
800m	2:08,00	2:12,50	2:14,50	2:16,50	2:21,00	2:30,00	2:42,00	2:53,00	3:10,00	3:30,00	3:50,00/ 4:30,00
3000m	9:15,00	9:25,00	9:45,00	9:55,00	10:25,00	11:00,00	11:30,00	12:30,00	13:30,00	16:00,00	18:50,00/ 21:50,00
Hoch	1,75	1,68	1,63	1,60	1,51	1,45	1,35	1,25	1,15	1,05	0,95/0,90
Weit	6,20	5,60	5,45	5,40	5,10	4,65	4,40	4,25	3,90	3,40	2,90/2,50
Kugel	12,10	11,70	11,40	11,40	12,30	11,20	11,30	10,80	10,50	9,80	8,50/6,50
4x200m	1:45,50		1:52,00		1:58,00		2:05,00		2:25,00		

Disziplin	W30	W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70	W75	W80/85
60m	9,00	9,10	9,30	9,80	10,20	10,80	11,20	12,30	12,50	13,10	15,00/ 17,00
200m	28,90	29,50	29,80	30,70	33,00	36,00	37,50	41,00	42,50	47,50	50,00/ 53,00
800m	2:33,00	2:42,00	2:43,00	2:45,00	2:53,00	3:20,00	3:30,00	3:52,00	4:00,00	4:10,00	4:30,00/ 5:00,00
3000m	11:30,00	11:40,00	11:50,00	12:00,00	13:00,00	14:20,00	15:30,00	16:00,00	17:00,00	17:45,00	19:00,00/ 25:00,00
Hoch	1,45	1,38	1,35	1,30	1,20	1,15	1,05	1,00	0,95	0,90	0,85/0,80
Weit	4,80	4,40	4,35	4,20	3,90	3,50	3,00	2,80	2,60	2,30	2,10/2,00
Kugel	10,60	9,70	9,60	9,50	9,80	8,50	8,00	7,10	6,80	6,80	6,30/4,80
4x200m	2:00,00		2:15,00		2:30,00		2:50,00		3:40,00		

In den Altersklassen, in denen keine Meisterschaftsstandards gesetzt sind, erfolgt die Wertung in der nächstliegenden Klasse für die ein Standard vorhanden ist.

Gemeinsame Wertung der Landesverbände!

Vorläufiger Zeitplan LHM Senioren – Sonntag, 09.02.2020

Uhrzeit	M30	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70 u.ä.	Uhrzeit
10:00	Einlagewettbewerb 60m Hürden M 70/75W50,W60									10:00
10:10	Einlagewettbewerb 60m Hürden M60/65,W40									10:10
10:20	Einlagewettbewerb 60m Hürden M 35,M50, W35									10:20
11:00	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch					60m V	11:00
11:10							60m V	60m V		11:10
11:20					60m V	60m V			Weit	11:20
11:30			60m V	60m V						11:30
11:40	60m V	60m V								11:40
12:05	Kugel	Kugel	Kugel	Kugel						12:05
12:15					Weit	Weit	Weit	Weit		12:15
12:30	60m F, Finale alle Klassen, wenn erforderlich									12:30
12:45	800m	800m	800m	800m						12:45
12:55					800m	800m	800m	800m		12:55
13:05									800m	13:05
13:10					Kugel	Kugel				13:10
13:50	200m	200m								13:50
14:00			200m	200m					Hoch	14:00
14:20					200m	200m				14:20
14:25							Kugel	Kugel		14:25
14:35							200m	200m		14:35
14:50									200m	14:50
15:20					Hoch	Hoch	Hoch	Hoch		15:20
15:25									Kugel M70/75	15:25
15:30	Weit	Weit	Weit	Weit						15:30
15:30	Einlagewettbewerb Stab alle AK Einlagewettbewerb 400m alle AK									15:30
16:10	3000m	3000m	3000m	3000m						16:10
16:25					3000m	3000m	3000m	3000m	Kugel M80/85	16:25
16:50									3000m M70+	16:50
17:30							4x200m	4x200m	4x200m	17:30
17:40	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m				17:40
17:50	4x400m Einlagelauf									17:50

Vorläufiger Zeitplan LHM Seniorinnen – Sonntag, 09.02.2020

Uhrzeit	W30	W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70 u.ä.	Uhrzeit
10:00					Kugel	Kugel	Kugel	Kugel	Kugel	10:00
10:00	Einlagewettbewerb 60m Hürden M 70/75W50,W60									10:00
10:10	Einlagewettbewerb 60m Hürden M60/65,W40									10:10
10:20	Einlagewettbewerb 60m Hürden M 35,M50, W35									10:20
11:10	Kugel	Kugel	Kugel	Kugel						11:10
11:50	60m V	60m V	60m V	60m V						11:50
12:00					60m V	60m V	60m V	60m V	60 m V	12:00
12:15	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	12:15
13:15	800m	800m	800m	800m	800m	800m	800m	800m	800m	13:15
13:35	Weit	Weit	Weit	Weit	Weit	Weit	Weit	Weit	Weit	13:35
15:00	200m	200m	200m	200m	200m	200m	200m	200m	200m	15:00
15:30	Einlagewettbewerb Stab alle AK Einlagelauf 400m alle AK									15:30
16:40	3000m	3000m	3000m	3000m	3000m	3000m	3000m	3000m	3000m	16:40
17:20	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	17:20