

Landesmeisterschaft Schleswig-Holstein / Hamburg

10.000 m Männer, Frauen, Senioren/innen (im Rahmen der 7. Nacht der Zehner)

12. August 2023 – Hammer Park Stadion (Bei der Vogelstange, 20535 Hamburg)

Örtlicher Ausrichter:

Hamburg Running e.V.
BMS Die Laufgesellschaft mbH

Meldungen:

bis zum **Donnerstag, 06.08.2023**

Online-Meldungen ausschließlich über
www.nachtderzehner.de/anmeldung/

Meldegebühr:

Es gelten die Teilnehmergebühren des Ausrichters.
Online-Nachmeldungen sind ab 05.08.2023 möglich. Das Meldegeld i.H.v. 25€ muss dann vor Ort bar bezahlt werden

Wettbewerbe:

10.000 m Männer, Frauen, Senioren/innen

Vorläufiger Zeitplan:

Ausgabe Startnummern ab 15:00 Uhr
16:00 Uhr Start Zeitlauf – sub 60 min
17:10 Uhr Start Zeitlauf – sub 45 min
18:05 Uhr Start Zeitlauf – sub 42 min
19:00 Uhr Start Zeitlauf – sub 40 min
19:50 Uhr Start Zeitlauf – sub 39 min
20:40 Uhr Start Zeitlauf – sub 37 min
21:30 Uhr Start Zeitlauf – sub 35 min
22:15 Uhr Start Zeitlauf – sub 32 min

Ein gültiger Startpass muss für alle TeilnehmerInnen der Meisterschaftswertung vorhanden sein.

Der endgültige Zeitplan wird nach Eingang der Meldungen erstellt und unter www.nachtderzehner.de veröffentlicht.

Wertung:

Gemeinsame Wertung der Landesverbände!
Es werden Zeitläufe durchgeführt. Die Einteilung erfolgt gemäß der Meldezeiten.

Alle Teilnehmer (Männer, Frauen, Senioren/innen) werden über alle Läufe hinweg zunächst in der Hauptklasse (Männer/Frauen) gewertet, danach erfolgt die Einzelwertung in den jeweiligen Altersklassen: Senioren ab M 30, Seniorinnen ab W30.

Bei weniger als 3 Teilnehmern in einer Altersklasse kommen die im Anhang der Allgemeinen Bestimmungen für den Wettkampfbetrieb aufgeführten Meisterschaftsstandards zur Anwendung.

Hinweise:

- Es gelten die Allgemeinen Bestimmungen für den Wettkampfbetrieb.
- **Gemäß den Regularien der World Athletics sind bei Bahnveranstaltungen ab einer Strecke von 800m nur Laufschuhe mit einer Sohlenstärke von max. 25mm erlaubt.**
- Zielschluss ist jeweils 2 Minuten nach der Sollzeit. Läufer, die voraussichtlich nicht die vorgegebene Zielschlusszeit erreichen können, werden von den Kampfrichtern "gewarnt".
- Die Zeitnahme erfolgt gemäß DLO durch Zielkamera und Wettkampfgericht. Zusätzlich erfolgte eine Zeitnahme mit einem Activ-Chip. Dieser Chip muss unmittelbar nach dem Lauf zurück gegeben werden. Die Chipzeiten werden lediglich für die Rundensplits verwendet und auf den Soforturkunden ausgewiesen.
- Die Meisterschaft findet im Rahmen des Sportfestes „Nacht der Zehner“ statt.

Anreise:

Es bestehen nur begrenzte Parkmöglichkeiten. Wir empfehlen die rechtzeitige Anreise zum Start mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Das Hammer Park Stadion liegt 5 Minuten zu Fuß vom U-Bahnhof Hammer Kirche entfernt.
U-Bahn: U2/U4 (Haltestelle Hammer Kirche)
