

# NORDDEUTSCHE HALLEN-MEISTERSCHAFTEN

7./8. Februar 2009 in Berlin

## Ausrichter

Berliner Leichtathletik-Verband

## Austragungsstätte

Rudolf-Harbig-Halle, Glockenturmstr. 1, 14053 Berlin

## Meldungen

Die Meldungen sind bis Dienstag, **27. Januar 2009** auf DLV-Meldebogen zweifach an den eigenen Landesverband zu schicken. Dieser überprüft die Meldung und leitet sie einfach an den ausrichtenden Landesverband weiter. Anzugeben sind auf der Meldung die Bestleistungen aus 2008/2009. Fehlen diese bei den Meldungen oder weichen von den Richtwerten ab, so können diese Meldungen nicht angenommen werden!

**Schüler / -innen MW15 sind in Einzelwettbewerben und Staffeln nicht startberechtigt!**

## Wettbewerbe / Richtwerte:

	Männer	Frauen	männl. Jugend	weibl. Jugend
60 m	7,30	8,30	ohne	ohne
200 m	23,20	26,80	ohne	ohne
400 m	51,50	62,00	ohne	ohne
800 m	1:59,00	2:20,00	ohne	ohne
1500 m	4:03,00	ohne	ohne	ohne
3000 m	8:45,00	---	---	---
60 m Hürden	8,70	9,40	ohne	ohne
4 x 200 m-Staffel	ohne	ohne	ohne	ohne
4 x 400 m-Staffel	ohne	---	---	---
Hochsprung	1,90	1,60	ohne	ohne
Stabhochsprung	4,30	2,40	ohne	ohne
Weitsprung	6,80	5,50	ohne	ohne
Dreisprung	13 m-Balken	9 m-/11 m-Balken	11 m-Balken	9 m-/11 m-Balken
Kugelstoß	14,30	11,60	ohne	ohne

Beim Kugelstoßen dürfen nur Stahlkugeln benutzt werden (keine Hallenkugeln)

## Sprunghöhen (Die Anfangshöhen können geringfügig reduziert werden, s. Seite 4 „Mindestleistungen...“)

Hochsprung	Männer	1,73 bis 1,83 m	5 cm,	weiter jeweils	3 cm
	Frauen	1,50 bis 1,60 m	5 cm,	weiter jeweils	3 cm
	männl. Jugend	1,73 bis 1,83 m	5 cm,	weiter jeweils	3 cm
	weibl. Jugend	1,50 bis 1,60 m	5 cm,	weiter jeweils	3 cm
Stabhochsprung	Männer	4,10 bis 4,50 m	20 cm,	weiter jeweils	10 cm
	Frauen	2,40 bis 2,60 m	20 cm,	weiter jeweils	10 cm
	männl. Jugend	3,20 bis 3,60 m	20 cm,	weiter jeweils	10 cm
	weibl. Jugend	2,00 bis 2,60 m	20 cm,	weiter jeweils	10 cm

## Wettkampfunterlagen

Die Ausgabe der Wettkampfunterlagen erfolgt am Samstag ab 09.30 Uhr und am Sonntag ab 8.30 Uhr in der Leichtathletik-Halle.

## Hinweise

Beachte "Allgemeine Ausschreibungsbestimmungen 2009". Treten zu den jeweiligen Zeitvorläufen über 200m mind. 12 Teilnehmer an, werden Zeitendläufe ausgetragen. Umkleide- und Duschräume befinden sich in der Halle. Die Gesamtmeldungen und die Ergebnisliste können im Internet unter [www.leichtathletik-in-bremen.de](http://www.leichtathletik-in-bremen.de) eingesehen werden.

## Unterkunft

Horst-Korber-Sportzentrum, Glockenturmstraße 3+5, 14053 Berlin, Telefon 030 / 30006-0;  
SCC Jugendgästehaus, Glockenturmstraße 23, 14053 Berlin Tel.: 030 / 3020 1704, Fax: 3020 1709;  
Bildungsstätte der Sportjugend Berlin, Hanns-Braun-Str. / Hs. 27, 14053 Berlin, Tel.: 030 / 300071-3, Fax: 030 / 300071-59

## Anfahrtshinweise

BAB 115 oder BAB 111, weiter über BAB 100 Abfahrt Kaiserdamm Richtung Spandau; Heerstraße bis zur Glockenturmstraße.

Zeitplan NDM Halle (Stand: 30.01.2009)

**Samstag, 07.02.2009**

13.00			Drei	Fr	F	
			Kugel	Fr	F	
			Stab	mJ	F	
14.00	60 m	Fr	V	Kugel	Mä	F
				Drei	wJ	F
14.10	60 m	wJ	V			
14.40	60 m	Mä	V			
15.00	60 m	mJ	V			
15.40				Kugel	wJ	F
15.50	60 m	wJ	Z			
16.00	60 m	Mä	Z	Weit	Fr	F
16.10	60 m	mJ	Z	Stab	Mä	F
16.20	1.500 m	wJ	F			
16.30	1.500 m	Fr	F			
16.40				Kugel	mJ	F
16.45	60 m	Fr	F			
16.50	60 m	wJ	F			
16.55	60 m	Mä	F			
17.00	60 m	mJ	F			
17.10	400 m	Fr	ZF	Hoch	Mä	F
				Hoch	mJ	F
				Weit	wJ	F
17.20	400 m	wJ	ZF			
17.40	400 m	Mä	ZF			
18.00	400 m	mJ	ZF			
18.20	1.500 m	Mä	ZF			
18.30	1.500 m	mJ	ZF			
18.50	4x200 m	Fr	F			
19.00	4x200 m	wJ	ZF			
19.15	4x200 m	Mä	F			
19.25	4x200 m	mJ	ZF			

Zeitplan NDM Halle (Stand: 30.01.2009)

**Sonntag, 08.02.2009**

10.00	60 m Hü	wJ V	Weit	mJ F
			Stab	wJ F
10.15	60 m Hü	Fr V		
10.25	60 m Hü	mJ V		
10.40	60 m Hü	Mä Einlage		
10.50	800 m	mJ ZF		
11.05	800 m	Mä ZF		
11.20	60 m Hü	wJ F		
11.25	60 m Hü	Fr F		
11.30	60 m Hü	mJ F		
11.35	60 m Hü	Mä F		
11.45	200 m	Fr ZV	Hoch	Fr F
			Hoch	wJ F
12.00	200 m	Mä ZV	Stab	Fr F
12.15	200 m	mJ ZV	Weit	Mä F
13.00	200 m	wJ ZV		
13.30	800 m	wJ ZF	Drei	mJ F
13.40	800 m	Fr F		
13.50	200 m	Fr ZF		
14.00	200 m	Mä ZF		
14.10	200 m	mJ ZF		
14.20	200 m	wJ ZF		
14.30	3.000 m	Mä F	Drei	Mä F
14.50	4x400 m	Mä F		