

NORDDEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN Männer, Frauen, Jugend B

18./19. Juli 2009 in Lübeck

Ausrichter

Schleswig-Holsteinischer Leichtathletik-Verband
Örtlicher Ausrichter: KLV Lübeck

Austragungsstätte

Stadion Buniamshof, Possehlstraße

Meldungen

Die Meldungen sind bis Dienstag, **07. Juli 2009** auf DLV-Meldebogen zweifach an den eigenen Landesverband zu schicken. Dieser überprüft die Meldungen 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!

Wettbewerbe / Richtwerte

| | <u>Männer</u> | <u>Frauen</u> | <u>Männl. Jgd. B</u> | <u>Weibl. Jgd. B</u> |
|-------------------|---------------|---------------|----------------------|----------------------|
| 100 m | 11,40 | 13,20 | 12,30 | 13,50 |
| 200 m | 23,10 | 26,70 | 25,80 | 27,60 |
| 400 m | 51,00 | 61,00 | 56,00 | 64,80 |
| 800 m | 1:58,00 | 2:16,00 | 2:02,00 | 2:30,00 |
| 1500 m | 4:00,00 | 4:58,00 | 4:35,00 | 5:19,00 |
| 3000 m | ---- | ---- | ohne | ohne |
| 5000 m | 15:30,00 | 19:00,00 | ---- | ---- |
| 100 m Hürden | ---- | 15,70 | ---- | 16,40 |
| 110 m Hürden | 15,30 | ---- | 16,50 | ---- |
| 400 m Hürden | 58,00 | 68,00 | 62,50 | 70,00 |
| 4 x 100 m-Staffel | ohne | ohne | ohne | ohne |
| Hochsprung | 1,92 | 1,60 | 1,75 | 1,50 |
| Stabhochsprung | 4,30 | 2,40 | 3,00 | 2,20 |
| Weitsprung | 6,80 | 5,50 | 6,00 | 5,00 |
| Dreisprung | 13,90 | 11,20 | 11,50 | 9,40 |
| Kugelstoß | 14,30 | 11,60 | 13,00 | 10,50 |
| Diskuswurf | 42,00 | 38,00 | 35,00 | 28,00 |
| Hammerwurf | 47,00 | 30,00 | 40,00 | 25,00 |
| Speerwurf | 57,00 | 40,00 | 45,00 | 32,00 |

Sprunghöhen

| | | | | |
|--------------------------------|-----------------|--------|----------------|--------|
| Hochsprung Männer | 1,80 bis 1,95 m | 5 cm, | weiter jeweils | 3 cm, |
| Hochsprung Frauen | 1,50 bis 1,65 m | 5 cm, | weiter jeweils | 3 cm, |
| Hochsprung Männl. Jugend B | 1,65 bis 1,75 m | 5 cm, | weiter jeweils | 3 cm, |
| Hochsprung Weibl. Jugend B | 1,45 bis 1,55 m | 5 cm, | weiter jeweils | 3 cm, |
| Stabhochsprung Männer | 4,10 bis 4,50 m | 20 cm, | weiter jeweils | 10 cm, |
| Stabhochsprung Frauen | 2,40 bis 2,60 m | 20 cm, | weiter jeweils | 10 cm, |
| Stabhochsprung Männl. Jugend B | 2,40 bis 2,80 m | 20 cm, | weiter jeweils | 10 cm, |
| Stabhochsprung Weibl. Jugend B | 2,20 bis 2,60 m | 20 cm, | weiter jeweils | 10 cm. |

Wettkampfunterlagen

Die Ausgabe der Wettkampfunterlagen erfolgt am Samstag ab 10.00 Uhr und am Sonntag ab 9.00 Uhr im Stadion.

Hinweise

Beachte "Allgemeine Ausschreibungsbestimmungen 2009". Umkleide- und Duschräume befinden sich im Stadion. Die Meldungen und die Ergebnisliste können im Internet unter www.leichtathletik-in-bremen.de eingesehen werden.

Anfahrtshinweise

Das Stadion Buniamshof befindet sich in der Stadtmitte, Nähe Holstentor, in der Possehlstrasse. Von den Autobahnzubringern Richtung Zentrum abfahren. Hinweisschilder zum Stadion beachten. Am Stadion stehen nur begrenzt Parkplätze zur Verfügung. Hinweisschilder zu den in der Nähe liegenden Parkplätzen beachten.

Unterkunft

Lübeck und Travemünde Tourist Service (LTS), Beckergrube 95, 23552 Lübeck, Tel. 0451 - 1225406 oder 0451-1221912, Fax: 0451 - 1221202, E-Mail: info@luebeck-tourismus.de, Internet: www.luebeck-tourismus.de

| Zeitplan NDM M, F / Jgd. B Samstag | | | | | | | Änderungen vorbehalten! | |
|------------------------------------|-----------|--------|-----------|--------|-----------|--------|-------------------------|-------------|
| | Männer | | Frauen | | mJB | | wJB | |
| 12.00 | | | | Drei | | Stab | 400mHü ZF | |
| 12.10 | | | 400mHü ZF | | | | | |
| 12.20 | | | | | 400mHü ZF | | | |
| 12.30 | 400mHü ZF | | | | | | | |
| 12.50 | | | | | | | 100m V | |
| 13.00 | | Drei | | Kugel | | Diskus | | |
| 13.10 | | | | | 100mV | | | |
| 13.30 | | | 100 m V | | | | | |
| 13.45 | 100 m V | | | | | | | |
| 14.05 | | | 800 m ZF | Hoch | | | | |
| 14.10 | | Diskus | | | | Weit | | Stab, Kugel |
| 14.15 | 800m ZF | | | | | | | |
| 14.30 | | | | | | | 3000m F | |
| 14.45 | | | | | | | 100m Z | |
| 15:15 | | | | | | | | |
| 15.20 | | Kugel | | Diskus | | | | |
| 15.25 | | | | | 100m Z | | | |
| 15.35 | | | 100m Z | | | | | |
| 15.45 | 100m Z | | | | | | | |
| 15.55 | | | | | | | | Weit |
| 16.00 | | Hoch | | Stab | | | | |
| 16.05 | | | | | | | 800m ZF | |
| 16.20 | | | | | 800m ZF | | | |
| 16.35 | | | | | | | 100m F | |
| 16.40 | | | | | 100m F | Kugel | | Diskus |
| 16.45 | | | 100m F | | | | | |
| 16.50 | 100m F | | | | | | | |
| 17:05 | | | 5000m F | | | | | |
| 17:40 | | | | | | | 4x100 ZF | |
| 17:50 | | | | | 4x100m ZF | | | |
| 18:00 | | | 4x100m ZF | | | | | |
| 18:10 | 4x100m ZF | | | | | | | |
| 18:20 | 5000m F | | | | | | | |

| Zeitplan NDM M, F / Jgd. B Sonntag | | | | | | | Änderungen vorbehalten! | |
|------------------------------------|-----------|--------|-----------|--------|----------|--------|-------------------------|--------|
| | Männer | | Frauen | | mJB | | wJB | |
| 11.00 | 110mHü V | | | | | | | Hoch |
| 11.10 | | | | | 110mHü V | | | |
| 11.25 | | | 100mHü V | | | | | |
| 11.30 | | | | Hammer | | Speer | | Hammer |
| 11.35 | | Weit | | | | | 100mHü V | |
| 12.50 | | | 200m V | | | | | |
| 13.00 | 200m V | Speer | | | | | | Drei |
| 13.15 | | | | | 200m V | Hoch | | |
| 13.30 | | | | Weit | | | 200m V | |
| 13.50 | 110mHü F | | | | | | | |
| 14.00 | | | | | 110mHü F | | | |
| 14.10 | | | 100mHü F | Speer | | | | |
| 14.20 | | | | | | | 100mHü F | |
| 14.30 | | Hammer | | | | Hammer | | |
| 14.35 | 200m F | | | | | | | |
| 14.45 | | | 200m F | | | | | |
| 14.55 | | | | | 200m F | Drei | | |
| 15.00 | | Stab | | | | | | |
| 15.05 | | | | | | | 200m F | |
| 15.10 | | | | | | | | Speer |
| 15.15 | 1500 m ZF | | | | | | | |
| 15.25 | | | 1500 m ZF | | | | | |
| 15.35 | | | | | 1500m ZF | | | |
| 15.45 | | | | | | | 1500m ZF | |
| 16.00 | 400m ZF | | | | | | | |
| 16.10 | | | 400m ZF | | | | | |
| 16.20 | | | | | 400m ZF | | | |
| 16.30 | | | | | | | 400m ZF | |