

**Gemeinsame Hallenmeisterschaften der Senioren für
Hamburg, Mecklenburg-Vorpommern und Schleswig-Holstein
am 10.01.2016, Leichtathletikhalle Hamburg.**

Stand:06.01.2016

Veranstalter/Ausrichter:

Hamburger und Schleswig-Holsteinischer Leichtathletik-Verband

Telefon: Am Veranstaltungstag steht für Notfälle (z.B. Stau bei Anreise etc.) zur Vorabmeldung am Stellplatz folgende Rufnummer zur Verfügung: **0173 / 433 80 49**

Meldungen: bis 03.01.2016 - **mit Vereinskampfrichtern -**

Bitte Online-Meldungen über www.ladv.de nutzen; alternativ Post, Fax, E-Mail an den eigenen Landesverband.

Wettbewerbe, Meisterschaftsstandards* und Wertung:

Standards 2016 * (= Mindestleistungen für die Teilnahme an den DHM Senioren)

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	2:13,50	2:14,00	2:21,00	2:30,00	2:42,00	2:53,00	3:10,00	3:30,00	3:50,00/-
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/-
Hoch	1,75	1,68	1,63	1,60	1,51	1,45	1,35	1,25	1,15	1,05	0,95/-
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	11,90	11,70	11,55	12,30	11,20	11,30	11,00	11,30	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
W60m	9,00	9,10	9,30	9,80	10,20	10,80	11,20	12,30	12,50	13,10	15,00/-
200m	28,90	29,50	29,80	30,70	33,00	36,00	37,50	41,00	42,50	47,50	-
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	-
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
Hoch	1,45	1,38	1,35	1,30	1,20	1,15	1,05	1,00	0,95	0,90	-
Weit	4,80	4,40	4,35	4,20	3,90	3,50	3,00	2,80	2,60	2,30	2,10/-
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!

Sprunghöhen: Hochsprung

Es werden 3x5 cm und danach um 3 cm gesteigert

M30-M45 1,35 m

M50-M65 1,15 m

M70 u.ä. 0,95 m

W30 u.ä. 0,85 m

Hinweise:

- Es gelten die Gebührenordnung des HLV und die Allgemeinen Meisterschaftsbestimmungen.
- 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 2016 erreicht werden.
- Stellplatzkarten für alle Laufwettbewerbe in allen Altersklassen.
- Die Stellplatzkarten sind 60 Minuten vor Wettkampfbeginn am Stellplatz abzugeben.
- Mit der Meldung sind die Bestleistungen anzugeben.
- Das An- und Abmelden für alle technischen Disziplinen erfolgt direkt an der Wettkampfanlage bis zum vorgesehenen Wettkampfbeginn. Danach ist eine Teilnahme nicht mehr möglich.
- Alle Vereine, die 3 oder mehr Teilnehmer melden, müssen je angefangene 10 Teilnehmer je einen geprüften Kampfrichter in der Meldung benennen.
- Die Halle darf nur mit Sportschuhen betreten werden.
- Es dürfen nur Spikes mit max. 6 mm benutzt werden.
- Bei den Kugelstoßwettbewerben werden ausschließlich Stahlkugeln verwendet.
- Bei mehr als 8 Teilnehmern in einer Klasse finden bei den 60m Läufen Finalläufe statt.
- Am Veranstaltungstage ist mit Parkgebühren zu rechnen.

Anfahrtsweg:

Richtung Stadtpark fahren und der Beschilderung Sporthalle Hamburg folgen. Die Leichtathletikhalle liegt neben der Sporthalle.

Zeitplan :

Der Zeitplan wurde nach Eingang der Meldungen überarbeitet (Stand: 06.01.2016)

