

# Gemeinsame Hallenmeisterschaften der Senior:innen für Hamburg, Mecklenburg-Vorpommern und Schleswig-Holstein (Stand:06.02.2023)

12.02.2023 – Leichtathletikhalle Hamburg (Krochmannstraße 55, )22297 Hamburg

---

**Veranstalter / Ausrichter:** Hamburger und Schleswig-Holsteinischer Leichtathletik-Verband

**Meldungen:** Bis zum Dienstag, **31.01.2023** Online-Meldungen über [www.ladv.de](http://www.ladv.de).

**Mit Vereinskampfrichtern SHLV**

**Telefon:** Am Veranstaltungstag steht für Notfälle (z.B. Stau etc.) zur Vorabmeldung am Stellplatz folgende Rufnummer zur Verfügung:  
**0152 / 09 172 167**

## Hinweise:

- Es gelten die Gebührenordnung des HLV und die Allgemeinen Bestimmungen für den Wettkampfbetrieb.
- Es werden nur für Läufe Stellplatzkarten ausgegeben (nicht für Technik). Die Stellplatzkarten sind **60 Minuten vor** Wettkampfbeginn am Stellplatz abzugeben. Bei den technischen Disziplinen erfolgt das Anmelden an der Wettkampfanlage bis zum vorgesehenen Wettkampfbeginn. Danach ist keine Teilnahme mehr möglich.
- Der Aushang der Ergebnisse erfolgt rein digital über die Live-Ergebnisse bei [leichtathletik.de](http://leichtathletik.de). Auf den digitalen Ergebnislisten werden die für die Einspruchsfrist relevanten Zeiten des Aushangs zu finden sein.
- 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.
- Sollte die Sporthalle Hamburg parallel für andere Veranstaltungen genutzt werden, so können Parkgebühren anfallen.

## Weitere Hinweise:

- **Mit der Meldung ist die Bestleistung (2022/2023) anzugeben.**
- Bei weniger als drei Teilnehmern kann in einem Wettbewerb der Meistertitel auch vergeben werden, wenn die Meisterschaftsstandards erreicht werden.
- Es wird ein kleiner Imbiss angeboten.

## Sprunghöhen Hochsprung:

<b>M30-45</b>	1,35m
<b>M50-65</b>	1,15m
<b>M70 u.ä.</b>	0,95m
<b>W30 u.ä.</b>	0,85m

Es wird **3x5 cm** und danach um **3 cm** gesteigert.

## Wettbewerbe, Meisterschaftsstandards und Wertung:

\* **Standards 2020** (= Mindestleistungen für die Teilnahme an den DHM Senioren; aktuelle Daten liegen 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 Landeshallenmeisterschaften Senior:innen, Sonntag, 12.02.2023 (Stand: 06.02.2023)**

M30	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70+	Uhrzeit	W30	W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70+
									<b>10:40</b>	Kugel	Kugel	Kugel	Kugel	Kugel	Kugel	Kugel	Kugel	Kugel
Hoch	Hoch	Hoch	Hoch					60m ZE	<b>11:00</b>									
						60m ZE	60m ZE		<b>11:10</b>									
					60m ZE				<b>11:15</b>									
				60m ZE					<b>11:20</b>									
		60m ZE	60m ZE					Weit	<b>11:30</b>									
60m ZE	60m ZE								<b>11:40</b>									
									<b>11:50</b>	60m ZE	60m ZE	60m ZE	60m ZE					
Kugel	Kugel	Kugel	Kugel						<b>12:00</b>					60m ZE	60m ZE			
									<b>12:10</b>							60m ZE	60m ZE	60m ZE
									<b>12:15</b>	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch
				Weit	Weit	Weit	Weit		<b>12:30</b>									
800m	800m	800m	800m						<b>12:45</b>									
				800m	800m	800m	800m	800m	<b>12:55</b>									
				Kugel	Kugel				<b>13:15</b>	800m	800m	800m	800m	800m	800m	800m	800m	800m
200m	200m							Hoch	<b>14:00</b>									
		200m	200m						<b>14:10</b>									
									<b>14:20</b>	Weit	Weit	Weit	Weit	Weit	Weit	Weit	Weit	Weit
				200m	200m	Kugel	Kugel		<b>14:30</b>									
						200m	200m		<b>14:45</b>									
								200m	<b>15:00</b>									
									<b>15:10</b>					200m	200m	200m	200m	200m
				Hoch	Hoch	Hoch	Hoch		<b>15:20</b>	200m	200m	200m	200m					
Weit 3000m	Weit 3000m	Weit 3000m	Weit 3000m					Kugel	<b>16:10</b>									
				3000m	3000m	3000m	3000m	3000m	<b>16:25</b>									
									<b>16:45</b>	3000m	3000m	3000m	3000m	3000m	3000m	3000m	3000m	3000m
4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	<b>17:10</b>	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m

Der Zeitplan wurde nach Eingang der Meldungen angepasst und ist im Internet unter [www.Shlv.de](http://www.Shlv.de) veröffentlicht.