

Ausschreibungen und Zeitpläne
für die Ostwestfalenmeisterschaften

2010



1. Teilnahmeberechtigte Kreise:

Bielefeld, Büren, Detmold/Lemgo, Gütersloh, Herford, Höxter, Lübbecke, Minden, Paderborn, Warburg

2. Teilnahmeberechtigung

Teilnahmeberechtigt sind Männer, Frauen, Jugendliche und Schüler, die einem Verein der o.g. Kreise angehören und deren Verein dem FLVW angehört. Sie müssen im Besitz eines gültigen DLV-Startpasses sein, der auf Verlangen vorzuzeigen ist. Die Wettkämpfe werden nach den Internationalen Wettkampfbestimmungen (IWB) ausgetragen und stehen unter Verbandsaufsicht.

3. Auszeichnung

Die Siegerinnen und Sieger erhalten den Titel „**Ostwestfalenmeister**“ / „**Ostwestfalenmeisterin**“. Die acht Erstplatzierten in den Endkämpfen bzw. Endläufen erhalten eine Urkunde.

4. Organisationsbeiträge

	Einzel	Staffeln
Männer/Frauen	€ 3,50	€ 5,00
Jugend	€ 2,50	€ 3,50
Schüler	€ 2,00	€ 2,50

5. Meldungen

Die Meldungen sind mit DLV-Meldebogen, mit Schreibmaschine oder Druckschrift ausgefüllt, an die jeweils angegebene Meldeanschrift vorzunehmen. Nachmeldungen sind nur möglich, wenn der Zeitplan und die Teilnehmerzahlen es zulassen. Dafür wird eine **zusätzliche Organisationsgebühr in Höhe von € 2,50 pro Disziplin erhoben**. Bei den **Laufwettbewerben** bitte **unbedingt die Bestleistung** angeben.

Meldungen von Leichtathletik-Gemeinschaften werden grundsätzlich als **ein** Verein erfasst.

6. Ergebnislisten

Ergebnislisten werden im Internet veröffentlicht. Die Zusendung per Post erfolgt nur auf besondere Anforderung.

7. Haftung

Die Veranstalter übernehmen keine Haftung bei Unfällen, Diebstählen und sonstigen Schadensfällen.

8. Startunterlagen

Die Ausgabe der Startunterlagen erfolgt geschlossen an die Vereine nach Zahlung der Organisationsgebühren.

9. Zeitpläne

Für alle Zeitpläne gilt „Änderungen vorbehalten“.

Ostwestfalen-Hallenmeisterschaften 2010
Männer, Frauen, A- und B-Jugend
Am Samstag, 20. Februar 2010 in Bielefeld, Seidenstickerhalle
Meldeschluss: Dienstag, 16. Februar 2010

Stefan Günther, Weißenseeweg 9, 33619 Bielefeld
 Tel. 0521/238676, Fax: 0521/8973327

Meldeanschrift: e-Mail: guenther.stef@web.de

Wettbewerbe:

Wettbewerbe	Männer	Frauen	MJA	WJA	MJB	WJB
60 m	X	x	X	x	x	x
200 m	X	x	X	x		
300 m					x	x
400 m	X	x	X	x		
800 m	X	x	X	x	x	x
1500 m	X	x	X	x	x	x
3000 m	X		X		x	
60 m Hürden	X	x	X	x	x	x
4x200 m	X	x	X	x	x	x
Weit	X	x	X	x	x	x
Hoch	X	x	X	x	x	x
Stabhoch	X	x	X	x	x	x
Kugel	X	x	X	x	x	x

Die Stellplatzkarten für die ersten Disziplinen sind sofort nach Erhalt der Startunterlagen am Stellplatz abzugeben. Die **Stellplatzkarten** für die weiteren Disziplinen sind **jeweils 60 Minuten** vor der im Zeitplan angegebenen Zeit abzugeben. In die Zwischenläufe gelangen die Vorlaufsieger und weitere Zeitschnellste. Wenn nur ein Vorlauf zustande kommt, findet der Endlauf zur vorgesehenen Vorlaufzeit statt.

Der Gebrauch jeglicher Klebebänder zur An-/Ablaufmarkierung ist untersagt.

Sprunghöhen:

Männer	Hoch	1,60 - 1,90 je 5 cm	weiter je 3 cm
	Stabhoch	2,90	weiter je 10 cm
Frauen	Hoch	1,30 - 1,50 je 5 cm	weiter je 3 cm
	Stabhoch	1,90	weiter je 10 cm
MJA	Hoch	1,60 - 1,85 je 5 cm	weiter je 3 cm
	Stabhoch	2,60	weiter je 10 cm
WJA	Hoch	1,30 - 1,45 je 5 cm	weiter je 3 cm
	Stabhoch	1,80	weiter je 10 cm
MJB	Hoch	1,50 - 1,65 je 5 cm	weiter je 3 cm
	Stabhoch	2,30	weiter je 10 cm
WJB	Hoch	1,20 - 1,35 je 5 cm	weiter je 3 cm
	Stabhoch	1,70	weiter je 10 cm

Zeitplan 20. Februar 2010

Zeit	Männer	Frauen	mJA	Wja	mJB	wJB
10:00	Stabhoch Weit		Stabhoch		Stabhoch Hoch 1	Hoch 2 400 m ZE
10:10		400 m ZE		400 m ZE		
10:20					400 m ZE	
10:30			400 m ZE			
10:40	400 m ZE					
10:50						800 m ZE
11:00		800 m ZE		800 m ZE		
11:10					800 m ZE	Weit
11:15		Hoch 1		Hoch 2		
11:20	800 m ZE		800 m ZE			
12:10						200 m ZE
12:20				200 m ZE		
12:25	Hoch 1	Weit	Hoch 1			
12:30		200 m ZE				
12:40					200 m ZE	
12:50			200 m ZE			
13:00	200 m ZE	Stabhoch		Stabhoch		Stabhoch 60 m Hü ZE Kugel
13:30		Kugel		Kugel		
13:40				60 m Hü ZE		
13:50		60 m Hü ZE				
14:00					60 m Hü ZE	
14:10			60 m Hü ZE			
14:20	60 m Hü ZE				Weit	
14:30	Kugel		Kugel			60 m V
14:45				60 m V		
14:55		60 m V				
15:05					60 m V	
15:20			60 m V			
15:30	60 m V				Kugel	
15:40				Weit		60 m E
15:45				60 m E		
15:50		60 m E				
15:55					60 m E	
16:00			60 m E			
16:05	60 m E					
16:30		1500 m ZE		1500 m ZE		1500 m ZE
16:45	1500 m ZE		1500 m ZE		1500 m ZE	
17:00			Weit			
17:05	3000 m ZE		3000 m ZE		3000 m ZE	
17:25						4x200 m ZE
17:35				4x200 m ZE		
17:45		4x200 m ZE				
17:55					4x200 m ZE	
18:05			4x200 m ZE			
18:15	4x200 m ZE					

Achtung:

Der Zeitplan kann sich aufgrund des Meldeergebnisses entscheidend ändern.

**Ostwestfalen-Hallenmeisterschaften 2010 der Schülerinnen und Schüler
am Sonntag, 21. Februar 2010 in Paderborn, Ahorn-Sportpark
Meldeschluss: Dienstag, 16. Februar 2010**

Meldeanschrift: Thomas Finke, Vossheide 1, 33104 Paderborn
Tel.: 05254/933314p, Fax: 05251/3888200, Mail: info@tomfinke.de

Wettbewerbe:

Wettbewerbe	M 14/15	W 14/15	M 12/13	W 12/13
60 m	x	x	x	x
300 m	x (M15)	x (W15)		
800 m/1000m	x	x	x	x
60 m Hürden	x	x	x	x
Weit	x	x	X	x
Hoch	x	x	X	x
Stabhoch	x	x		
Kugel	x	x	X	x

Die **Stellplatzkarten** sind jeweils **60 Minuten** vor der im Zeitplan angegebenen Zeit abzugeben. In die Zwischenläufe gelangen die Vorlaufsieger und weitere Zeitschnellste. Wenn nur ein Vorlauf zu stande kommt, findet der Endlauf zur vorgesehenen Vorlaufzeit statt.

Sprunghöhen:

	Hoch	Stabhoch
Steigerung:	je 5cm	je 10cm
M15	1,30m	1,80m
M14	1,25m	1,80m
W15	1,25m	1,60m
W14	1,20m	1,60m
M13	1,20m	1,60m
M12	1,15m	1,60m
W13	1,15m	1,60m
W12	1,10m	1,60m

Qualifikationsleistung

Weitsprung
4,50 m
4,40 m
4,10 m
4,00 m
4,20 m
4,10 m
4,00 m
3,90 m

21. Februar 2010

Zeit	M 15	M14	W15	W14	M13	M12	W13	W12
11:00	Kugel Stab	Kugel Stab	Stab	Hoch Stab	Weit II	Weit I	60mH ZE	60mH ZE
11:15					60mH ZE	60mH ZE		
11:30			60mH ZE	60mH ZE				
11:45	60mH ZE	60mH ZE				Hoch		
12:00			Kugel	Kugel				60m V
12:10	Weit II	Weit I					60m V	
12:20						60m V		
12:30	Hoch				60m V			
12:40				60m V				
12:50			60m V					
13:00		60m V			Kugel	Kugel	Weit I	Weit II
13:10	60m V							
13:15		Hoch						
14:00							Kugel	Kugel
14:10			Hoch				60m E	60m E
14:20					60m E	60m E		
14:30			60m E	60m E				
14:40	60m E	60m E						
14:45					Hoch			
15:00			Weit II	Weit I				800m ZE
15:10							800m ZE	
15:20						1000m ZE		
15:30					1000m ZE		Hoch	Hoch
15:40	1000m ZE							
15:50			800m ZE					
16:00				800m ZE				
16:15								
16:30		1000m ZE						
16:40	300m ZE							
16:50			300m ZE					

Ostwestfalen-Meisterschaften 2010

in den Leichtathletikdisziplinen

Marathon und Halbmarathon

Im Rahmen der Veranstaltung des Porta-Marathons am **30.05.2010**, werden für die Mitglieder der Leichtathletikvereine Ostwestfalens, die Ostwestfalenmeisterschaften in den Disziplinen Marathon und Halbmarathon durchgeführt.

Diejenigen Läufer und Läuferinnen, die in dieser Meisterschaft gewertet werden möchten, melden sich, genauso wie alle anderen Teilnehmer, online über die Internetseite: www.porta-Marathon.de zu dieser Veranstaltung an. Das Startgeld wird über ein Bankeinzugsverfahren entrichtet.

Ergänzend für die Wertung der Ostwestfalenmeisterschaften

ist eine Meldung über den betreffenden Leichtathletikverein auf dem DLV-Meldebogen bis zum **29. Mai 2010** an die Leichtathletik-Geschäftsstelle des TuS Eintracht Minden erforderlich.

Meldemöglichkeiten:

Post: TuS Eintracht Minden
Leichtathletik-Geschäftsstelle

Thorenfeld 3
32425 Minden

Telefon und Fax: 0571 / 9 424 195

E-Mail: www.eintracht-minden-la@gmx.de

Ostwestfalen-Meisterschaften 2010
Schülerinnen und Schüler
am Sonntag, 06. Juni 2010 im LAZ Nord, Gütersloh
Meldeschluss: Freitag, 28. Mai 2010 (Eingang!)

Meldeanschrift: Christiane Offel, Karlsweg 1, 33335 Gütersloh, ☎ 05241/14781,
 Email: chris.14@email.de

Wettbewerbe:

	M15	M14	M13	M12	W15	W14	W13	W12
75 m			X	X			X	X
100 m	X	X			X	X		
300 m	X				X			
800 m					X	X	X	X
1.000 m	X	X	X	X				
2.000 m			X	X	X	X	X	X
3.000 m	X	X						
4 x 75 m			X	X			X	X
4 x 100 m	X				X			
60 m Hü			X	X			X	X
80 m Hü	X	X			X	X		
300 m Hü	X				X			
Hoch	X	X	X	X	X	X	X	X
Stabhoch	X	X	X	X	X	X	X	X
Weit	X	X	X	X	X	X	X	X
Drei	X				X			
Kugel	4 kg	4 kg	3 kg	3 kg	4 kg	4 kg	3 kg	3 kg
Diskus	1 kg	1kg	750 g	750 g	1 kg	1 kg	750 g	750 g
Speer	600 g	600 g	400 g	400 g	600 g	600 g	400 g	400 g
Ball			200 g	200 g				
Schlagball							80 g	80 g

Sprunghöhen:

M15	Hoch	1,40 - 1,50 je 5 cm	
	Stabhoch	1,80 - 2,00 m	weiter je 10 cm
M14	Hoch	1,30 - 1,40 je 5 cm	
	Stabhoch	1,80 - 2,00 m	weiter je 10 cm
M13	Hoch	1,20 - 1,30 je 5 cm	
	Stabhoch	1,50 - 1,70 m	weiter je 10 cm
M12	Hoch	1,10 - 1,20 je 5 cm	
	Stabhoch	1,50 - 1,70 m	weiter je 10 cm
W15	Hoch	1,30 - 1,40 je 5 cm	
	Stabhoch	1,60 - 1,80 m	weiter je 10 cm
W14	Hoch	1,25 - 1,40 je 5 cm	
	Stabhoch	1,60 - 1,80 m	weiter je 10 cm
W13	Hoch	1,20 - 1,30	
	Stabhoch	AH 1,50 m	weiter je 10 cm
W12	Hoch	1,10 - 1,20	
	Stabhoch	AH 1,50 m	weiter je 10 cm

Notwendige Qualifikationen:

	M15	M14	M13	M12	W15	W14	W13	W12
Weit	4,80 m	4,50 m	4,20 m	3,90 m	4,40 m	4,20 m	4,00 m	3,80 m
Kugel	10,00 m	9,00 m			8,00 m	7,00 m		
Diskus	25,00 m	20,00 m			20,00 m	20,00 m		
Speer	30,00 m	25,00 m	20,00 m		20,00 m	20,00 m		
Ball (80/200g)			35,00 m	30,00 m			30,00 m	25,00 m

Ostwestfälische Meisterschaften der Schüler und Schülerinnen
am Sonntag, 06. Juni 2010 im LAZ Nord, Gütersloh

Zeitplan (Änderungen vorbehalten)

06.06. 2010	M14/15	W14/15	M12/13	W12/13	
10.30	4x100m				10.30
10.35		4x100m			10.35
10.45			4x75m		10.45
10.50	Diskus			4x75m	10.50
11.00	300m (M15) Weit	300m (W15)	Hoch Kugel		11.00
11.15	300m H (M15)	300m H (W15)		Schlagb. Np	11.15
11.30			60m H		11.30
11.45				60m H	11.45
12.00		Diskus		Diskus	12.00
12.15	Kugel	80m H			12.15
12.30	80m H			Hoch	12.30
12.45		Weit			12.45
13.00				75m V	13.00
13.15		Stabhoch	Stabhoch	Stabhoch	13.15
13.30	Speer		75m V		13.30
13.45		Kugel			13.45
14.00	Hoch				14.00
14.15		100m V	Ball Np.	Weit	14.15
14.30					14.30
14.45	100m V	Speer			14.45
15.00	Stabhoch				15.00
15.15				Kugel	15.15
15.30		Hoch	1000m		15.30
15.45	1000m		Speer Weit		15.45
16.00				800m	16.00
16.15		800m			16.15
16.30	Drei (M15)	Drei (W15)		75m E	16.30
16.40			75m E		16.40
16.50		100m E	Diskus	Speer	16.50
17.00	100m E				17.00
17.15		2000m	2000m	2000m	17.15
17.30	3000m				17.30

Sprint: Es kommen die Vorlaufsieger und weitere Zeitschnellste in den Endlauf.

Bei großen Teilnehmerfeldern werden A- und B-Endläufe durchgeführt.

Alle anderen Laufwettbewerbe sind Zeit-Endläufe.

Ostwestfalenmeisterschaften 2010
Männer - Frauen - Jugend
am Samstag, 12. Juni 2010
Meldeschluss: 09.06.2010

Meldeanschrift:

LA-Geschäftsstelle des TuS Eintracht Minden, Thorenfeld 3, 32425 Minden
 Telefon + Fax: 0571 / 9 424 195
 e-mail: eintracht-minden-la@gmx.de

Wettbewerbe:

	Männer	Frauen	mJA	wJA	mJB	wJB
100 m	X	X	X	X	X	X
200 m	X	X	X	X	X	X
400 m	X	X	X	X	X	X
800 m	X	X	X	X	X	X
1500 m	X	X	X	X	X	X
3000 m			X	X	X	X
5000 m	X	X				
100 m Hürden		X		X		X
110 m Hürden	X		X		X	
400 m Hürden	X	X	X	X	X	X
4 x 100 m	X	X	X	X	X	X
Hochsprung	X	X	X	X	X	X
Weitsprung	X	X	X	X	X	X
Dreisprung	X	X	X	X	X	X
Kugelstoßen	X	X	X	X	X	X
Diskuswerfen	X	X	X	X	X	X
Hammerwurf	X	X	X	X	X	X
Speerwerfen	X	X	X	X	X	X

Sprunghöhen

Klasse	Hoch	Stabhoch
Männer	1,60 – 1,80 je 5 cm, 1,80 – 2,00 je 4 cm, dann 3 cm	3,00 weiter je 10 cm
mJA	1,50 – 1,70 je 5 cm, 1,70 – 1,90 je 4 cm, dann 3 cm	2,60 weiter je 10 cm
mJB	1,40 – 1,60 je 5 cm, 1,60 – 1,80 je 4 cm, dann 3 cm	2,00 weiter je 10 cm
Frauen	1,40 – 1,60 je 5 cm, 1,60 – 1,80 je 4 cm, dann 3 cm	2,00 weiter je 10 cm
wJA	1,40 – 1,60 je 5 cm, 1,60 – 1,80 je 4 cm, dann 3 cm	2,00 weiter je 10 cm
wJB	1,30 – 1,50 je 5 cm, 1,50 – 1,70 je 4 cm, dann 3 cm	1,80 weiter je 10 cm

Stellplatzkarten:

Die Stellplatzkarten für die Laufwettbewerbe sind jeweils 45 Minuten vor Laufbeginn abzugeben. Die Staffelkarten müssen die Reihenfolge der Teilnehmer eindeutig ausweisen. Aus den Vorläufen kommen die Sieger und weitere Zeitschnellste in die Endläufe.

Ostwestfalenmeisterschaften 2010
Männer, Frauen, Jugend – Samstag, 12. Juni 2010

Zeitplan (Elektronische Zeitnahme / Änderungen vorbehalten)

Zeit	Männer	mJA	mJB	Frauen	wJA	wJB
14.00	Diskus	Diskus	Weit	Stabhoch 100 m Hü	Stabhoch 100 m Hü	Stabhoch 100 m Hü
14.20	110 m Hü	110 m Hü				
14.30			110 m Hü			
14.40	1.500 m	1.500 m	1.500 m			
14.50				1.500 m	1.500 m	1.500 m
15.00	Hoch	Hoch	Kugel	Diskus	Diskus	Weit
15.10	100 m VI	100 m VI				
15.20			100m VI			
15.30				100 m VI	100 m VI	
15.40						100 m VI
16.00	Weit	Weit	Diskus	Hoch	Hoch	Kugel
16.10	400 m Hü	400 m Hü	400 m Hü			
16.20				400 m Hü	400 m Hü	400 m Hü
16.30	Stabhoch	Stabhoch	Stabhoch			
16.40	100 m El	100 m El	100 m El			
16.50				100 m El	100 m El	100 m El
17.00	Kugel	Kugel	Hoch	Weit	Weit	Diskus
17.10	800 m	800 m	800 m			
17.20				800 m	800 m	800 m
17.40	4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 100 m			
17.50				4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 100 m
18.00	Dreisprung Speer	Dreisprung Speer	Dreisprung Speer	Dreisprung Kugel	Dreisprung Kugel	Dreisprung Hoch
18.20	200 m	200 m				
18.30			200 m			
18.40				200 m	200 m	
18.50						200 m
19.00	Hammer	Hammer	Hammer	Speer	Speer	Speer
19.10		3.000 m	3.000 m		3.000 m	3.000 m
19.30	400 m	400 m				
19.40			400 m			
19.50				Hammer 400 m	Hammer 400 m	Hammer 400 m
20.00	5.000 m			5.000 m		

Hochstiftmeisterschaften 2010

- gemeinsame Kreismeisterschaften der Kreise Büren, Höxter, Paderborn und Warburg -
am Sonntag, dem 27.06.2010, in Paderborn, Ahorn-Sportpark

Veranstalter: FLVW-Kreise Büren, Höxter, Paderborn und Warburg
Ausrichter: FLVW-Kreis Warburg

Beginn der Wettkämpfe: 10.00 Uhr
Technische Besprechung: 9.15 Uhr
Kampfrichterbesprechung: 9.30 Uhr

Wettbewerbe

Schüler/innen C	50 m, 1.000 m/ 800 m, Weit, Schlagball, 4 x 50m
Schüler/innen B	75 m, 1.000 m/ 800 m, 60 m H., Hoch (AH: 1,15/ 1,10), Weit, Kugel, 4 x 75 m
Schüler/innen A	100 m, 1.000 m/ 800 m, 80 m H., Hoch (AH: 1,25/ 1,20), Weit, Kugel, Speer, 4 x 100 m
Männl. Jugend A / B	100 m, 800 m, 110 m H. (nur mJB), Hoch (AH: 1,50), Weit, Kugel, Speer, 4 x 100 m
Weibl. Jugend A / B	100 m, 800 m, 100 m H. (nur wJB), Hoch (AH: 1,25), Weit, Kugel, Speer, 4 x 100 m
Männer	100 m, 1.500 m, Hoch (AH: 1,60, Sen. nach Absprache), Weit, Kugel, Speer
Frauen	100 m, 1.500 m, Hoch (AH: 1,30, Sen. nach Absprache), Weit, Kugel, Speer

Geltungsbereich

Die Veranstaltung ist offen für Vereine des FLV Westfalen und angrenzender Landesverbände.

Durchführung

Die Veranstaltung wird nach den IWR, LAO und VAO, Ausgaben 2010, durchgeführt und steht unter Verbandsaufsicht. Die Veranstaltung ist von dem FLV Westfalen genehmigt.

Wertung

In den Schülerklassen erfolgt die Wertung klassenweise. In den Erwachsenenklassen erfolgt die Wertung in den Altersklassen Männer/ Frauen, M/W 30, M/W 40, M/W 50 und M/W 60. Angehörige der D-Schülerklassen sind nicht startberechtigt.

Auszeichnungen:

Die ersten Sechs eines jeden Wettbewerbes erhalten Urkunden. Darüber hinaus erhalten die jeweils bestplatzierten Teilnehmer/innen aus einem der Fachschaft Leichtathletik angeschlossenen Verein der veranstaltenden FLVW-Kreise den Titel Hochstiftmeister/in, sofern mindestens drei Teilnehmer/innen aus diesen Vereinen in dem betreffenden Wettbewerb angetreten sind.

Meldungen

Meldungen sind auf DLV-Meldebogen mit Angabe der Bestleistungen in den Laufdisziplinen bis Montag, dem 21.06.2010 (Eingang), schriftlich einzureichen bei Alexander Selter, Marktstr. 8, 34414 Warburg, Tel. 05641/5761, Fax 05641/5761, E-Mail: a.selter@sportkreis-warburg.de Eventuelle Nachmeldungen sind bis 30 Minuten vor Wettbewerbsbeginn im Wettkampfbüro abzugeben.

Zeitplan

Der Zeitplan wird im Internet veröffentlicht. Zeitliche Abweichungen sind nach Umfang der Meldeeingänge möglich. Das Ende der Veranstaltung ist für etwa 16.00 Uhr vorgesehen.

Startgebühren

Schülerklassen:	2,00 €/ Disziplin	Staffeln:	3,00 €
Jugendklassen:	2,50 €/ Disziplin	Nachmeldung: +	1,00 €
Erwachsenenklassen:	3,00 €/ Disziplin	Ergebnisliste *:	1,50 €

Von den Vereinen der veranstaltenden FLVW-Kreise werden Startgebühren nicht erhoben.

Anlagen

Kunststoffanlage mit 6 Rundbahnen, es können nur Spikes mit max. 6 mm Dornen benutzt werden. Elektronische Zeitmessung.

Startnummern

Nadeln zur Befestigung der Startnummern sind von den Vereinen mitzubringen!

Haftung:

Die Veranstalter übernehmen keine Haftung für Schäden irgendwelcher Art!

Sonstiges

Der Ausrichter behält sich vor, je nach Meldeergebnis die Anzahl der Versuche in den technischen Wettbewerben auf max. vier Versuche zu beschränken.

Hochstiftmeisterschaften am 27. Juni 2010 in Paderborn, Ahorn-Sportpark

Zeitplan (Änderungen vorbehalten)

Zeit	Schü C	Schü B	Schü A	MJ B	MJ A	Männer	Schi C	Schi B	Schi A	WJ B	WJ A	Frauen
10.00	Weit 1			Hoch (AH 1,50)	Hoch (AH 1,50)	Hoch (AH 1,50)	Weit 2	Kugel				
10.15										100 m H.		
10.30									80 m H.			
10.45		Kugel	80 m H.									
11.00								60 m H.	Hoch (AH 1,25)	Hoch (AH 1,25)	Hoch (AH 1,25)	Hoch (AH 1,25)
11.15		60 m H.	Weit 1									
11.30				100 m	100 m	100 m	Schlagball					
11.45								Weit 2		100 m	100 m	100 m
12.00				Weit 1	Weit 1	Weit 1			100 m			
12.15			100 m									
12.30	Schlagball	75 m							Kugel	Weit 2	Weit 2	Weit 2
12.45								75 m				
13.00		Weit 1					50 m					
13.15	50 m		Kugel	Speer	Speer	Speer		Hoch (AH 1,10)		Speer	Speer	Speer
13.30												
13.45				4 x 100 m	4 x 100 m							
14.00			4 x 100 m						4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 100 m	
14.15		4 x 75 m		Kugel	Kugel	Kugel		4 x 75 m	Weit 2			
14.30		Hoch (AH 1,15)	Hoch (AH 1,25)				4 x 50 m					
14.45	4 x 50 m									Kugel	Kugel	Kugel
15.00						1.500 m						
15.15			Speer						Speer			1.500 m
15.30				800 m	800 m							
15.45									800 m	800 m	800 m	
16.00							800 m	800 m				
16.15	1.000 m	1.000 m	1.000 m									

Steigerungen im Hochsprung (Anfangshöhen s. oben):

Schü/i B: bis 1,35 m alle 5 cm, dann jeweils 3 cm,

Mä/ MJ: bis 1,70 m alle 5 cm, dann jeweils 3 cm,

Schü/i A: bis 1,50 m alle 5 cm, dann jeweils 3 cm,

Fr/ WJ: bis 1,50 m alle 5 cm, dann jeweils 3 cm

**Einladung und Ausschreibung zum Kreisvergleichskampf
der Kreise Bielefeld, Gütersloh, Minden/Lübbecke, Herford und Lippe**
am Sonntag, den 03. Oktober 2010 im LAZ Nord, Gütersloh

Altersklassen	Wettbewerbe
Schüler A	100 m, 1000 m, 4 x 100 m, 80 m Hürden, Hoch, Weit, Kugel, Speer
Schüler B	75 m, 1000 m, 4 x 75 m, 60 m Hürden, Hoch, Weit, Kugel, Ball
Schüler C	50 m, 1000 m, 4 x 50 m, Hoch, Weit, Schlagball
Schülerinnen A	100 m, 800 m, 4 x 100 m, 80 m Hürden, Hoch, Weit, Kugel, Speer
Schülerinnen B	75 m, 800 m, 4 x 75 m, 60 m Hürden, Hoch, Weit, Kugel, Schlagball
Schülerinnen C	50 m, 800 m, 4 x 50 m, Hoch, Weit, Schlagball

Bestimmungen:

Jeder Kreis darf in jeder Klasse je Laufdisziplin max. 3 Teilnehmer/innen, je Technische Disziplin max. 2 Teilnehmer/innen an den Start bringen. Für die Mannschaftswertung wird nur der/die stärkste Teilnehmer/in gewertet.

In den Staffelwettbewerben sind max. 2 Staffeln je Klasse erlaubt. Für die Mannschaftswertung wird die schnellste Staffel gewertet.

In den technischen Wettbewerben erhalten alle Teilnehmer/innen **4 Versuche!**

Je Klasse sind nur die Athleten der jeweiligen zwei Jahrgänge startberechtigt.

Gewertet wird nach der Pokalwertung.

	1. Platz	2. Platz	3. Platz	4. Platz	5. Platz	Keine Wertung
Einzeldisziplin	5	4	3	2	1	0
Staffeldisziplin	10	8	6	4	2	0

In der Schüler/Schülerinnen - Klassen B und C dürfen die Teilnehmer/innen maximal in 3, in der Schüler/Schülerinnen - Klasse A maximal in 4 Einzeldisziplinen eingesetzt werden. Der Einsatz in der Staffel steht außen vor.

Auszeichnung:

Der Kreis, dessen Team aus allen Wettbewerben die meisten Punkte erreicht hat, wird zum Sieger erklärt und mit einem Wanderpokal ausgezeichnet. Alle Teilnehmer erhalten eine Erinnerungsurkunde.

Die Meldungen sind je Kreis gemeinschaftlich bis zum 27.09.2010 (Eingang) abzugeben an:

Christiane Offel, Karlsweg 1, 33335 Gütersloh, chris.14@email.de

In allen **Sprintdisziplinen** sind unbedingt die **Bestzeiten** anzugeben, damit jeweils die schnellsten Teilnehmer/innen jedes Kreises in einen Lauf gesetzt werden können!

Hinweise: Die Wettkämpfe werden nach den Regeln der IWR/DLO ausgetragen und stehen

unter amtlicher Aufsicht. Der Veranstalter und Ausrichter übernimmt keine Haftung für Schäden

irgendwelcher Art. Auf der Kunststoffanlage dürfen nur Spikes mit max. 7 mm Dornen benutzt

werden. Wir wünschen allen Teilnehmerinnen eine gute Anreise und viel Erfolg bei den Wettkämpfen.

Mit sportlichen Grüßen

Christiane Offel

Kreisvergleichskampf der Kreise Bielefeld, Gütersloh, Minden/Lübbecke, Herford und Lippe

am Sonntag, den 03. Oktober 2010 im LAZ Nord, Gütersloh

Z e i t p l a n

10.30 Kampfrichterbesprechung

	Schüler A	Schüler B	Schüler C	Schi A	Schi B	Schi C
11 00	80 m Hürden	Hoch 1	Weit 1	Speer	Hoch 2 Ball	Weit 2
11.20	Kugel			80 m Hürden		
11.40		60 m Hürden				
12.00			Ball		60 m Hürden	
12.15	Weit 1	Weit 2			Kugel	Hoch 2
12.30				Hoch 1		50 m
12.45			50 m			
13.00	Speer	75 m				
13.15		Kugel			75 m	Ball
13.30				100 m Weit 1	Weit 2	
13.45	100 m		Hoch 2			
14.00	Hoch 1					800 m
14.15		Ball		Kugel	800 m	
14.30				800 m		
14.45			1000 m			
15.00		1000 m				
15.15	1000 m					
15.30						4 x 50 m
15.40					4 x 50 m	
15.50				4 x 75 m		
16.00			4 x 75 m			
16.10		4 x 100 m				
16.20	4 x 100 m					
Ab 16.30	S i e g e r e h r u n g					

Punktewertung	Einzeldisziplinen		Staffeln	
	1. Platz	5 Punkte	1. Platz	10 Punkte
	2. Platz	4 Punkte	2. Platz	8 Punkte
	3. Platz	3 Punkte	3. Platz	6 Punkte
	4. Platz	2 Punkte	4. Platz	4 Punkte
	5. Platz	1 Punkt	5. Platz	2 Punkte
	Keine Platzierung	0 Punkte	Keine Platzierung	0 Punkte

In den technischen Einzeldisziplinen (Weitsprung, Kugelstoß, Speer- und Ballwurf) hat jede/r Teilnehmer/in **4 Versuche**.

Einteilung der Läufe (Sprints und Hürdenläufe)

100 m / 75 m / 50 m / 60 m Hürden / 80 m Hürden

Das Setzen der Läufe wird nach der gemeldeten Zeit geschehen, wobei je Lauf ein Teilnehmer/in pro Kreis gesetzt wird.

Je Lauf darf höchstens 2 Teilnehmer/innen je Kreis außer wenn nur ein Lauf statt findet.

Staffelläufe

Aufgrund der vorhandenen 8 Rundbahnen wird bei den Staffelläufe durch Losentscheid die Läufe gesetzt.

9 - 10 Staffeln 1. Lauf 5 Staffeln 2. Lauf 4/5 Staffeln
bis 8 Staffeln 1. Lauf bis 8 Staffeln

**Ostwestfalen Cross- und Waldlaufmeisterschaften 2010
am Samstag, 20. November 2010, in Brenken, Sportplatz Vogelsang**

Meldeschluss: Montag, 15. November 2010

Meldeanschrift:

Wolfgang Schwarz, Hammkneik 11, 33142 Büren
Tel.: 02951/4182, Fax: 02951/933467, Mobil: 0160/8211758
eMail: schwarz-bueren@t-online.de

Startzeit	Klasse	Strecke	Runden	Streckenlänge
11.00	Schüler M 10/11		1	ca. 1.460 m
11.10	Schülerinnen W 10/11		1	ca. 1.460 m
11.20	Schüler M 12/13		1	ca. 1.460 m
11.30	Schülerinnen W 12/13		1	ca. 1.460 m
11.40	Männer, Junioren	Mittel	3	ca. 4.340 m
12.10	Frauen, Juniorinnen, WJA, WJB	Mittel	2	ca. 2.900 m
12.30	Schüler M 14/15		2	ca. 2.900 m
12.50	Schülerinnen W 14/15		2	ca. 2.900 m
13.10	Männl. Jugend A/B	Mittel	2	ca. 2.900 m
13.30	Senioren M 50 u. älter	Lang	4	ca. 5.780 m
14.15	Frauen, Juniorinnen, WJA, WJB, Seniorinnen W 30 u. älter	Lang	4	ca. 5.780 m
15.00	Männer, Junioren, MJA, MJB, Senioren M 30-45	Lang	6	ca. 8.660 m

Wertungen:

Es erfolgen Einzel- und Mannschaftswertungen. Mannschaftswertungen werden wie folgt vorgenommen: Männer/ Junioren, Senioren M 30/35, M 40/45, M 50 u. älter, Frauen/ Juniorinnen, Seniorinnen W 30 u. älter, MJA, MJB, WJA, WJB, M 10/11, M 12/13, M 14/15, W 10/11, W 12/13, W 14/15. Jugendliche und Schüler/ innen dürfen nur in einem Wettbewerb starten.

Streckenbeschreibung:

Rundstrecken innerhalb eines Waldgeländes, überwiegend Waldwege bzw. Waldboden, vereinzelt mit Schotter befestigt. Höhenunterschied pro Runde ca. 20 m. Spikes können benutzt werden. Start und Ziel befinden sich am Sportplatz.

Startunterlagen:

Im Wettkampfbüro am Sportplatz.

Umkleide- und Duscmöglichkeiten:

In der Almehalle am Sportplatz.

Anreise:

Über die BAB 33 bis zum Autobahnkreuz Bad Wünnenberg/ Haaren (AK 61/31), anschließend Richtung Büren, nach ca. 6,5 km Richtung Brenken (Ausschilderung „OWL Cross“ folgen) oder über die BAB 44 bis zur Abfahrt Büren (AS 60), dann Richtung Flughafen Paderborn/ Lippstadt, im Kreisverkehr Richtung Brenken (Ausschilderung „OWL Cross“ folgen). Zieleingabe Navigationsgerät: 33142 Büren-Brenken, Vogelsang.

Sonstiges:

In Notfällen (Stau bei der Anreise o.ä.) steht am Veranstaltungstag folgende Rufnummer zur Verfügung: 0160/8211758. Weitere Infos unter www.flvw-bueren.de.