

Zeitplan Senioren / Seniorinnen

Zeit	M 40-45	M 50-55	M 60-70ä.	W 40-60ä.
9.00	Erste	Stell-	platz-	zeit !
10.00	Kugel	Kugel	Hoch 60 Diskus	Weit
10.15	100 m ZE	100 m ZE		nach Diskus
10.30			100 m ZE	ca10.40 Speer
10.35				100 m ZE
12.15	Speer	Speer		
12.35	200 m ZE	200 m ZE		
12.45			200 m ZE 60	Diskus
12.50				200 m ZE
13.00				
13.20	800 m ZE	800 m ZE	800 m ZE	
13.35				800 m ZE
14.00	Weit	Weit		
14.30	400 m ZE	400 m ZE	Kugel	Hoch
14.40			400 m ZE 60	400 m ZE
15.00	Diskus	Diskus		
15.30			Weit	
16.00	Hoch	Hoch	Speer	Kugel
16.30	4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 100m	4 x 100 m

Hinweise für Senioren/innen:

Es werden für jeden Senioren-Wettbewerb **Stellplatzkarten** ausgegeben, bitte rechtzeitig eine Stunde vorher am Stellplatz abgeben!! Wird für einen Seniorenwettbewerb nur eine **Stellplatzkarte** abgegeben, wird der Teilnehmer/die Teilnehmerin der nächstniedrigeren Altersklasse zugeordnet, wenn nötig so oft, bis ein ordnungsgemäßer Meisterschaftswettkampf in einer niedrigeren Altersklasse mit mindestens zwei Teilnehmern möglich ist. Die Zuordnung in eine jüngere AK wird nicht vorgenommen, wenn deshalb ein höheres Wurfgewicht benutzt werden müsste.

Die hier beschriebenen Aktionen sind Sache der Wettkampfleitung, Um- oder gar Nachmeldungen durch Aktive oder Betreuer sind ausgeschlossen!

Kann es wegen zu geringer Teilnehmerzahl zu keiner Meisterschaftswertung kommen, fällt der Wettbewerb auch bei nur einem Teilnehmer nicht aus, die Sieger können aber nur als „Bezirksbester“ gelten.

Gewichte: (Abweichung von der Männer- oder Frauenklasse)

	M 50/55	M 60/65	M 70	W 50/55	W 60ä.
Kugel:	6,00 kg	5,00 kg	4,00 kg	3,00 kg	3,00 kg
Diskus	1,5 kg	1,00 kg	1,00 kg	1,00 kg	1,00 kg
Speer	700 g	600 g	500 g	500g	400 g

Kampfrichter: Diese umfangreiche Meisterschaft kann nur gelingen, wenn die teilnehmenden Vereine ihrer Verpflichtung nachkommen, Kampfrichter zu stellen und bei der Meldung namentlich zu nennen. Siehe auch S.3 !