

Leichtathletikfreunde

Veranstaltungen 2010

Lüchtringen 1983 e.V.



Sonntag	07. Februar	32. Pokal - Crosslauf
Sonntag	02. Mai	Bahneröffnung
Mittwoch	02. Juni	Mittelstreckenabend
Freitag	05. November	6. Flutlicht - Crosslauf
Sonntag	28. November	westfälische Crossmeisterschaften

Informationen zu unseren Sportfesten

Allgemeines:

Veranstalter und Ausrichter sind die Leichtathletikfreunde Lüchtringen 1983 e.V. Die Veranstaltungen sind vom DLV genehmigt und stehen unter Amtlicher Aufsicht. Die Wettkämpfe werden nach den IWB und der DLO ausgetragen. Der Veranstalter und Ausrichter übernimmt keine Haftung für Schäden irgendwelcher Art.

Meldungen:

Bitte auf DLV-Meldebogen an : **Hans-Jörg Friedrich**
Johannesstraße 22
37671 Höxter

email: hans-joerg-friedrich@t-online.de

Tel.: 05271 / 9654118 dienstlich, 0172 27 78 93 2 mobil oder
05271 / 36191 ab 20:00 Uhr

Meldeschluss:

Bitte **fünf Tage** vor der jeweiligen Veranstaltung. Nachmeldungen sind bis 45 Minuten vor dem Start möglich.

Startgebühren:

Männer / Frauen 3,00 Euro , Jugend 2,50 Euro , Schüler 2,00 Euro
Ergebnislisten 2.00 Euro (incl. Porto) oder unter lf-luechtringen.de

Nachmeldungen am Veranstaltungstag zusätzlich 1,50 €

Auszeichnungen:

Urkunden für alle Teilnehmer

Beim Mittelstreckenabend in den Schülerklassen für die ersten drei Athleten Medaillen.

Beim Pokal – Crosslauf Mannschaftswanderpokale in den Schülerklassen.

In den Schülerklassen findet eine getrennte Jahrgangsklassenwertung statt. Bei den Senioren eine getrennte Altersklassenwertung.

Wir wünschen allen Teilnehmern und Betreuern eine gute Anreise und viel Erfolg bei den Wettkämpfen der Leichtathletikfreunde Lüchtringen

32. Pokal – Crosslauf

Sonntag, 07. Februar 2010

Sollingstadion Lüchtringen und Umgebung

Wettbewerbe und Altersklassen:

11:20 Uhr	Trimm Lauf der E- - Schüler Und E-Schülerinnen (Jg 01 u.j.)	430 m	Sportpl./Umgebung
11:30 Uhr	Frauen + Männer Mittelstr.	1400 m	1 große Runde
11:40 Uhr	Männer Altersklasse (ab M30) Frauen Altersklasse (ab W30)	2700 m	2 große Runden
12:00 Uhr	Schülerinnen D W9 und jü.	860 m	Sportpl./Umgebung
12:10 Uhr	Schüler D M9 und jü.	860 m	Sportpl./Umgebung
12:20 Uhr	Schülerinnen C W 10 / W11	1400 m	1 große Runde
12:30 Uhr	Schüler C M 10 / M11	1400 m	1 große Runde
12:45 Uhr	Schülerinnen B W 12 / W13	1400 m	1 große Runde
13:00 Uhr	Schüler B M 12 / M13	1400 m	1 große Runde
13:10 Uhr	Schüler und Schülerinnen A M 14 / M15 - W 14 / W15	2700 m	2 große Runden
13:30 Uhr	Weibliche Jugend A und B + Männliche Jugend A und B	2700 m	2 große Runden
13:50 Uhr	Männer und Frauen Hauptlauf mit getr. AK-Wertung, Jugend	7900 m	6 große Runden

Start – Ziel : Sportplatz Lüchtringen. Lüchtringen liegt zwischen den Städten Höxter und Holzminden

Umkleide / Duschen : In der Nähe des Sportplatzes.

Strecke: Start und Ziel befinden sich im Sollingstadion. Die Strecke führt über parkähnliche Waldwege in einem profilierten Gelände. Spikes können benutzt werden.

Der Trimm Lauf der E-Schüler / innen ist ein Einlagelauf der LF Lüchtringen. Jeder Teilnehmer erhält eine Urkunde.

Mannschafts- – Wanderpokale in den Schülerklassen

Bahneröffnung
Sonntag, 02. Mai 2010
Höxter - Weserkampfbahn

Mit elektronischer Zeitmessung

Bei den Läufen unbedingt die Bestzeit angeben

Wettbewerbe:

Schüler / innen D : 50 Meter, Weitsprung, Schlagball, 1000/ 800 m

Schüler / innen C : 50 Meter, Weitsprung, Schlagball, 1000/ 800 m

Schüler / innen B : 75 Meter, Weitsprung, Ballwurf/ Schlagball,
1000 Meter/ 800 Meter

Schüler / innen A : 100 Meter, Weitsprung, Kugel, 1000/ 800 Meter

Männliche und weibliche

Jugend A und B : 100 Meter, , 800 Meter, 3000 Meter,
Weitsprung, Kugel

Männer und Frauen mit

getr. AK-Wertung: 100 Meter, , 800 Meter, 3000 Meter
Weitsprung, Kugel

Anlage:

Die Weserkampfbahn in Höxter ist mit Kunststoff ausgelegt. Dornenlänge max. 6mm

Umkleide: Im Stadion

Mittelstreckenabend

Mittwoch, 02. Juni 2010

In Höxter - Weserkampfbahn

Mit elektronischer Zeitmessung

Bei den Läufen unbedingt Bestzeit angeben

Wettbewerbe und Zeitplan :

17:40 Uhr	200 Meter Männer / männliche Jugend A/B
17:50 Uhr	200 Meter Frauen / weibliche Jugend A/B
18:00 Uhr	1000 Meter Schüler D M 9 und jünger
18:15 Uhr	1000 Meter Schüler C M 10 / M11
18:25 Uhr	1000 Meter Schüler B M 12 / M 13
18:35 Uhr	1000 Meter Schüler A M 14 / M 15
18:45 Uhr	800 Meter Schülerinnen D W 9 und jünger
18:55 Uhr	800 Meter Schülerinnen C W 10 / W11
19:05 Uhr	800 Meter Schülerinnen B W 12 / W 13
19:15 Uhr	800 Meter Schülerinnen A W 14 / W 15
19:25 Uhr	1500 Meter männliche/weibliche Jugend A/B Männer/Frauen/Altersklassen Laufeinteilung nach Meldeleistung
19:45 Uhr	5000 Meter alle Klassen Laufeinteilung nach Meldeleistung

Umkleide : Im Stadion

In den Schülerklassen für die ersten drei Teilnehmer Medaillen !

Freitag, 05. November 2010

6. Flutlicht – Crosslauf im Solling – Crosspark

Veranstalter: Leichtathletikfreunde Lühtringen 1983 e. V.

Ort: Solling – Crosspark und Sportplatzgelände

Wettbewerbe und Zeitplan

18:00 Uhr Schüler / innen D 1400 Meter

18:15 Uhr Schüler / innen A / B / C 2700 Meter

**18:45 Uhr Männliche / Weibliche Jugend A / B
Frauen und Männer mit AK-Wertung
4000 Meter**

**19:15 Uhr Männliche / Weibliche Jugend A / B
Frauen und Männer mit AK-Wertung
7900 Meter**

Gesamt – Mannschaftswertung je Lauf nach Punkten

Auszeichnungen: Für jeden Teilnehmer Urkunden

Umkleide und Duschen: Im Sportheim

Strecke: Start und Ziel befinden sich im Sollingstadion. Die Strecke führt über parkähnliche Waldwege in einem profilierten Gelände. Die 1300 Meter lange Crossrunde ist mit 30 Straßenlaternen beleuchtet.

Die Veranstaltung wird nach IWB / DLO durchgeführt

Haftung: Der Veranstalter übernimmt keine Haftung bei Unfällen, Diebstahl oder sonstigen Schäden.

Wir wünschen allen Teilnehmern und Betreuern eine gute Anreise und viel Erfolg bei den Wettkämpfen.

