

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 |

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 | | | | | |

| Punktwertung | 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.