

5. Deutsche Senioren-Hallenmeisterschaften
4. Deutsche Senioren-Winterwurfmeisterschaften
11./12. Februar 2006
in Erfurt

Beachte

"Allgemeine Ausschreibungsbestimmungen 2006"

Ausrichter

Thüringer Leichtathletik-Verband

Austragungsstätte

Erfurt, Leichtathletikhalle am Steigerwaldstadion
(Joh.-Sebastian-Bach-Str. 02, 99096 Erfurt)

Meldungen und Meldeschluß

Dienstag, **24.01.2006** beim eigenen Landesverband

Wettbewerbe und Teilnahmeberechtigung

Senioren der Klassen M 30-70+W 30-70 sind teilnahmeberechtigt, sofern sie im Jahr 2004, 2005 oder 2006 die geforderten Mindestleistungen erfüllt haben.

Wettbewerbe und Mindestleistungen

Senioren	M 30	M35	M 40	M 45
60m	8,10	8,30	8,50	8,70
(100m)	11,65	11,95	12,35	12,65
200m	23,65	24,45	25,25	25,65
400m	52,50	55,15	58,00	59,50
800m	2:00,00	2:05,00	2:10,00	2:15,00
3000m oder (5000)	9:00,00 15:30,00	9:15,00 16:00,00	9:35,00 16:25,00	9:55,00 16:45,00
60m Hürden	ohne	ohne	ohne	ohne
4x200m (4x100m)	1:45,50 47,00		1:52,00 51,00	
3000m Bahngehen oder 10.000m BG	17:45,00 61:00,00	18:00,00 62:00,00	18:15,00 64:00,00	18:30,00 66:00,00
Hoch	1,80	1,70	1,65	1,55
Stabhoch	3,50	3,20	3,00	2,75
Weit	6,40	6,10	5,80	5,50
Dreisprung	12,00	11,00	10,50	9,80
Kugel /7,26kg	13,20	12,20	12,00	11,50
Diskus 2kg	39,00	38,00	37,00	36,00
Hammer 7,26kg	38,00	36,00	34,00	32,00
Speer 800g	50,00	47,00	44,00	42,00
Senioren	M 50	M 55	M 60	M 65
60m	9,00	9,35	9,65	10,00
(100m)	12,95	13,85	14,65	15,25
200m	26,85	28,85	30,25	33,25
400m	62,10	67,10	73,10	78,10
800m	2:25,00	2:30,00	2:40,00	3:00,00
3000m oder (5000)	10:30,00 18:00,00	11:00,00 19:00,00	11:30,00 20:00,00	12:30,00 22:00,00
60m Hürden	ohne	ohne		
4x200m (4x100m)	2:00,00 54,00		2:10,00 58,00	
3000m Bahngehen oder 5000m BG oder 10.000 BG	19:00,00 68:00,00	19:30,00 70:00,00	20:00,00 35:30,00 72:00,00	20:30,00 36:45,00 74:00,00
Hoch	1,50	1,40	1,30	1,20
Stabhoch	2,60	2,40		
Dreisprung	9,00	8,00		
Weit	5,30	4,90	4,40	3,80
Kugel 6/5kg*	12,50	11,00	11,00*	10,00*
Diskus 1,5/1kg	40,00	38,00	36,00	32,00
Hammer 6/5kg*	32,00	30,00	32,00*	26,00*
Speer 700g 600g*	39,00	38,00	35,00*	27,00*
Senioren	M 70 und älter			
60m	10,30			
(100m)	16,75			
200m	36,25			
400m	82,00			
800m	3:30,00			
3000m oder (5000m)	14:30,00 27:00,00			
3000m Bahngehen oder 5000m BG oder 10.000 BG	21:00,00 38:00,00 76:00,00			
Weit	3,30			
Kugel 4kg	9,50			
Diskus 1kg	27,00			
Hammer 4kg	23,00			
Speer 500g	23,00			

Seniorinnen	W 30	W 35	W 40	W 45
60m	9,00	9,15	9,45	10,00
(100m)	13,50	14,10	14,50	15,00
200m	27,95	30,45	31,40	32,75
400m	64,00	68,00	70,00	74,00
800m	2:29,00	2:35,00	2:45,00	2:55,00
3000m oder	11:00,00	11:30,00	12:00,00	12:45,00
(5000)	19:30,00	20:00,00	20:30,00	22:00,00
60m Hürden	ohne	ohne	ohne	ohne
4x200m	2:00,00		2:15,00	
(4x100m)	55,00		60,00	
3000m Bahngehen	19:00,00	20:00,00	21:00,00	22:00,00
oder 5000 BG	33:00,00	34:00,00	35:00,00	36:00,00
Hoch	1,50	1,40	1,15	1,10
Stabhoch	2,00	2,00	2,00	2,00
Weit	5,00	4,70	4,45	3,95
Kugel 4kg	10,00	9,00	8,50	8,00
Diskus 1kg	30,00	27,00	25,00	22,00
Hammer 4kg	25,00	22,00	18,00	16,00
Speer 600g	32,00	26,00	21,00	18,00

Seniorinnen	W 50	W 55	W 60	W 65
60m	10,50	11,20	12,00	12,45
(100m)	15,75	17,75	19,75	20,25
200m	33,75	35,75	38,25	40,15
400m	78,00	82,00	86,00	
800m	3:10,00	3:25,00	3:40,00	3:55,00
3000m oder	13:30,00	15:15,00	16:00,00	18:00,00
(5000)	23:00,00	25:00,00	27:00,00	29:00,00
4x200m	2:40,00			
(4x100m)	72,00			
3000m Bahngehen	23:00,00	24:00,00	25:00,00	26:00,00
oder 5000 BG	37:00,00	38:00,00	39:00,00	40:00,00
Hoch	1,05	1,00	0,95	0,90
Stabhoch	1,90	1,90		
Weit	3,80	3,30	2,90	2,60
Kugel 3kg	9,00	8,00	7,00	6,00
Diskus 1kg	22,00	18,00	17,00	16,00
Hammer 3kg	21,00	19,00	17,00	16,00
Speer 500g, 400g*	22,00	19,00	17,00*	15,00*

Seniorinnen	W 70
Kugel 3kg	5,40
Diskus 1kg	14,00
Hammer 3kg	13,00
Speer 400g	13,00

Bitte bei 60m und 4x200m auch die 100m bzw. die 4x100m Zeit angeben
(zur besseren Laufeinteilung)

Zeitplan

Wettbewerbe		M 30	M 35	M 40	M 45
60 m	VL	Sa 11:00	Sa 10:45	Sa 10:30	Sa 10:15
60 m	EL	Sa 12:50	Sa 12:45	Sa 12:40	Sa 12:35
200 m	ZEL	Sa 18:55	Sa 18:45	Sa 18:30	Sa 18:15
400 m	ZEL	So 11:40	So 11:30	So 11:15	So 11:00
800 m	ZEL	Sa 14:35	Sa 14:35	Sa 14:25	Sa 14:10
3000 m	ZEL	So 13:15	So 13:15	So 13:00	So 13:00
60 m H	ZEL	So 15:45	So 15:35	So 15:25	So 15:15
4x200 m	ZEL	So 14:30		So 14:20	
3000m	EL	Sa 19:30	Sa 19:30	Sa 19:30	Sa 19:30
Bahngehen					
Hoch	E	Sa 17:35	Sa 15:15	So 09:30	Sa 13:00
Stab	E	Sa 12:45	Sa 12:45	Sa 09:45	Sa 09:45
Weit	E	Sa 09:00	Sa 09:00	Sa 15:35	Sa 13:40
Drei	E	So 09:00	So 09:00	So 10:20	So 11:45
Kugel	E	Sa 08:30	So 13:45	So 14:55	Sa 18:30
Diskus	E	Sa 16:15	Sa 16:15	Sa 15:05	Sa 15:05
Hammer	E	Sa 12:00	Sa 12:00	Sa 10:45	Sa 10:45
Speer	E	Sa 15:00	Sa 15:00	Sa 12:15	Sa 12:15

Wettbewerbe		M 50	M 55	M 60	M 65
60 m	VL	Sa 10:00	Sa 09:50	Sa 09:35	Sa 09:20
60 m	EL	Sa 12:30	Sa 12:25	Sa 12:20	Sa 12:15
200 m	ZEL	Sa 18:00	Sa 17:50	Sa 17:35	Sa 17:20
400 m	ZEL	So 10:50	So 10:40	So 10:30	So 10:20
800 m	ZEL	Sa 14:00	Sa 13:50	Sa 13:50	Sa 13:40
3000 m	ZEL	So 12:45	So 12:30	So 12:10	So 12:10
60 m H	ZEL	So 15:05	So 15:05		
4x200 m	ZEL	So 14:10		So 14:00	
3000m	EL	Sa 19:30	Sa 19:30	Sa 19:00	Sa 19:00
Bahngehen					
Hoch	E	So 11:30	So 12:00	So 10:30	So 15:45
Stab	E	Sa 15:30	Sa 15:30		
Weit	E	Sa 13:00	So 09:00	So 11:00	Sa 18:00
Drei	E	So 12:35	So 12:35		
Kugel	E	Sa 14:25	So 10:30	Sa 09:00	Sa 10:00
Diskus	E	Sa 13:00	Sa 14:00	So 09:30	So 14:30
Hammer	E	Sa 09:30	Sa 12:40	Sa 15:30	So 12:10
Speer	E	So 12:50	So 12:50	So 12:00	So 10:50

Wettbewerbe		M 70
60 m	ZEL	Sa 12:05
200 m	ZEL	Sa 17:05
400m m	ZEL	So 10:10
800m	ZEL	Sa 13:30
3000 m	ZEL	So 11:50
3000m	EL	Sa 19:00
Bahngehen		
Weit	E	So 11:50
Kugel	E	Sa 17:00
Diskus	E	So 13:20
Hammer	E	Sa 15:30
Speer	E	So 10:50

Wettbewerbe		W 30	W 35	W 40	W 45
60 m	VL		Sa 09:10	Sa 09:00	
60 m	EL- ZEL	Sa 12:00	Sa 11:55	Sa 11:50	Sa 11:40
200 m	ZEL	Sa 16:55	Sa 16:40	Sa 16:25	Sa 16:15
400 m	ZEL	So 10:00	So 10:00	So 09:50	So 09:40
800 m	ZEL	Sa 13:20	Sa 13:20	Sa 13:20	Sa 13:10
3000 m	ZEL	Sa 15:15	Sa 15:15	Sa 15:15	Sa 15:15
60 m H	ZEL	So 14:55	So 14:55	So 14:45	So 14:45
4x200 m	ZEL	So 13:50		So 13:40	
3000m	EL	So 09:00	So 09:00	So 09:00	So 09:00
Bahngehen					
Hoch	E	Sa 14:25	Sa 14:25	Sa 13:00	Sa 14:00
Stab	E	So 10:00	So 10:00	So 10:00	So 10:00
Weit	E	Sa 11:15	Sa 10:15	Sa 12:30	Sa 14:25
Kugel	E	Sa 12:00	Sa 12:00	So 11:50	So 11:50
Diskus	E	So 10:30	So 10:30	Sa 09:15	Sa 10:30
Hammer	E	So 13:30	So 13:30	Sa 13:50	Sa 13:50
Speer	E	Sa 09:30	Sa 09:30	So 10:00	So 14:30

Wettbewerbe		W 50	W 55	W 60	W 65
60 m	ZEL	Sa 11:35	Sa 11:30	Sa 11:25	Sa 11:15
200 m	ZEL	Sa 16:00	Sa 15:55	Sa 15:45	Sa 15:35
400 m	ZEL	So 09:30	So 09:30	So 09:30	
800 m	ZEL	Sa 13:10	Sa 13:00	Sa 13:00	Sa 13:00
3000 m	ZEL	Sa 14:50	Sa 14:50	Sa 14:50	Sa 14:50
4x200 m	ZEL	So 13:30			
3000m	EL	So 09:00	So 09:00	So 09:00	So 09:00
Bahngehen					
Hoch	E	Sa 17:50	Sa 16:30	So 13:00	So 13:00
Stab	E	So 10:00	So 10:00		
Weit	E	So 09:50	Sa 10:00	Sa 10:00	Sa 09:00
Kugel	E	Sa 11:15	Sa 15:45	Sa 13:10	So 09:00
Diskus	E	Sa 12:20	Sa 11:30	So 11:45	So 12:20
Hammer	E	So 10:00	So 10:00	So 10:00	So 11:10
Speer	E	Sa 13:30	Sa 13:30	Sa 10:45	Sa 10:45

Wettbewerbe		W 70
Kugel	E	So 09:00
Diskus	E	So 12:20
Hammer	E	So 11:10
Speer	E	Sa 10:45

Sprunghöhen

Hochsprung:

M30	1,75 - 1,80 - 1,85 - 1,88 - 1,91 - weiter 3 cm
M35	1,65 - 1,70 - 1,75 - 1,80 - 1,85 - weiter 3 cm
M40	1,60 - 1,65 - 1,70 - 1,75 - 1,78 - weiter 3 cm
M45	1,50 - 1,55 - 1,60 - 1,65 - 1,68 - weiter 3 cm
M50	1,40 - 1,45 - 1,50 - 1,55 - 1,58 - weiter 3 cm
M55	1,35 - 1,40 - 1,45 - 1,50 - 1,55 - weiter 3 cm
M60	1,20 - 1,25 - 1,30 - 1,35 - 1,38 - weiter 3 cm
M65	1,15 - 1,20 - 1,25 - 1,30 - 1,35 - weiter 3 cm

W30	1,45 - 1,50 - 1,55 - 1,58 – 1,61 - weiter 3 cm
W35	1,35 - 1,40 - 1,45 - 1,50 – 1,55 - weiter 3 cm
W40	1,10 - 1,15 - 1,20 - 1,25 – 1,28 - weiter 3 cm
W45	1,05 - 1,10 - 1,15 - 1,20 – 1,25 - weiter 3 cm
W50	1,00 - 1,05 - 1,10 - 1,15 – 1,18 - weiter 3 cm
W55	0,95 - 1,00 - 1,05 - 1,10 – 1,15 - weiter 3 cm
W60	0,90 - 0,95 - 1,00 - 1,05 – 1,08 - weiter 3 cm
W65	0,85 - 0,90 - 0,95 - 1,00 – 1,05 - weiter 3 cm

Stabhochsprung

M30/35	3,10 - 3,30 – 3,50 – 3,60 – 3,70 weiter 10 cm bis 4,20 dann weiter 5cm
M40/45	2,60 – 2,80 – 2,90 – 3,00 weiter 10 cm bis 3,40 dann weiter 5cm
M50/55	2,20 - 2,30 – 2,40 – 2,50 – weiter 10 cm bis 3,20 dann weiter 5cm
W30-W45	2,00 – 2,10 – 2,20 – dann weiter 5cm
W50-W55	1,80 – 1,90 – 2,00 – 2,10 – 2,20 – dann weiter 5 cm

Startunterlagen

Freitag,	10.02.2006	16:00 bis 20:00 Uhr
Samstag,	11.02.2006	ab 7:30 Uhr
Sonntag,	12.02.2006	ab 8:00 Uhr

Anreise

aus Richtung Westen: BAB 4 Frankf./M. – Dresden, Ausfahrt Nr. 46 – Erfurt/West stadteinwärts stößt man auf das Sportzentrum/Stadion
aus Richtung Osten: BAB 4 Dresden – Frankf./M., Ausfahrt 47a – Erfurt/Ost stadteinwärts dem Stadion-/Sportzentrumhinweisen folgen.

Unterkunft

Erfurt Tourismus Gesellschaft, Benediktsplatz 1 – 99084 Erfurt
Tel. 0361-66 40 – 0, Fax 0361-66 40 290
service@erfurt-tourist-info.de, www.erfurt-tourist-info.de
zimmer@erfurt-tourist-info.de
Tel. 0361-66 40 – 110, Fax 0361-66 40 280 (Zimmervermittlung)