

**Deutsche  
Seniorenmeisterschaften II  
04.-06. August 2006  
in Aachen**

**Beachte**

„Allgemeine Ausschreibungsbestimmungen 2006“

**Ausrichter**

Leichtathletik-Verband Nordrhein e.V.

**Örtlicher Ausrichter**

LVN-Kreis Aachen

**Austragungsstätte**

Waldstadion, 52076 Aachen, I. Rote-Haag-Weg

**Meldungen/Meldeschluss**

Dienstag, **18. Juli** beim eigenen Landesverband.

**Teilnahmeberechtigung**

Senioren der Klassen M 50-M85 u. älter, sowie Seniorinnen W 50-W80 + älter sind teilnahmeberechtigt, sofern sie im Jahre 2005 oder 2006 die geforderten Mindestleistungen erfüllt haben.

**Wettbewerbe und Mindestleistungen**

<b>Senioren</b>	<b>M 50</b>	<b>M 55</b>	<b>M 60</b>	<b>M 65</b>
100 m	12,95	13,85	14,65	15,25
200 m	26,85	28,85	30,25	33,25
400 m	62,10	67,10	73,10	78,10
800 m	2:25,00	2:30,00	2:40,00	3:00,00
1500 m	4:50,00	5:00,00	5:50,00	6:30,00
5000 m	18:00,00	19:00,00	21:00,00	24:00,00
10000 m	38:00,00	42:00,00	46:00,00	49:00,00
100 m Hü	19,20	21,20	24,20	27,20
300 m Hü			Ohne	ohne
400 m Hü	ohne	ohne		
4x100 m	54,00		58,00	
Hoch	1,50	1,40	1,30	1,20
Stabhoch	2,60	2,40	2,20	2,00
Weit	5,30	4,90	4,40	3,80
Drei	9,00	8,00	7,50	ohne
Kugel	12,50 6kg	11,00 6kg	11,00 5kg	10,00 5kg
Diskus	40,00 1,5kg	38,00 1,5kg	36,00 1kg	32,00 1kg
Hammer	32,00 6kg	30,00 6kg	32,00 5kg	26,00 5kg
Speer	39,00 700g	38,00 700g	35,00 600g	27,00 600g

<b>Senioren</b>	<b>M 70</b>	<b>M 75</b>	<b>M 80</b>	<b>M 85</b>
100 m	16,75	18,75	Ohne	
200 m	36,25	38,25	Ohne	
400 m	82,00	85,00		
800 m	3:30,00			
1500 m	7:00,00	7:30,00		
5000 m	26:00,00	28:00,00		
10000 m	55:00,00	59:00,00		
Hoch	1,10	1,00		
Weit	3,30	3,00	Ohne	
Kugel	9,50 4kg	8,50 4kg	6,00 4kg	ohne 4kg
Diskus	27,00 1kg	25,00 1kg	16,00 1kg	ohne 1kg
Hammer	23,00 4kg	19,00 4kg	17,00 4kg	
Speer	23,00 500g	19,00 500g	17,00 400g	ohne 400g

<b>Seniorinnen</b>	<b>W 50</b>	<b>W 55</b>	<b>W 60</b>	<b>W 65</b>
100 m	15,75	17,75	19,75	20,25
200 m	33,75	35,75	38,25	ohne
400 m	78,00	82,00	86,00	
800 m	3:10,00	3:25,00	3:40,00	3:55,00
1500 m	6:10,00	7:00,00	7:30,00	8:00,00
5000 m	23:00,00	26:00,00	28:00,00	29:00,00
80 m Hü	ohne	ohne		
4x100 m	72,00		78,00	
Hoch	1,15	1,10	1,05	1,00
Stab	1,90	1,90		
Weit	3,80	3,30	2,90	2,60
Kugel	9,00 3kg	8,00 3kg	7,00 3kg	6,00 3kg
Diskus	22,00 1kg	18,00 1kg	17,00 1kg	16,00 1kg
Hammer	21,00 3kg	19,00 3kg	17,00 3kg	16,00 3kg
Speer	22,00 500g	19,00 500g	17,00 400g	15,00 400g

<b>Seniorinnen</b>	<b>W 70</b>	<b>W 75</b>	<b>W 80</b>
100 m	24,25	26,50	
800 m	4:10,00		
1500 m	8:25,00		
5000 m	30:00,00		
Hoch	0,95	0,90	
Weit	2,30	2,10	
Kugel	5,40 3 kg	5,00 3 kg	4,70 3 kg
Diskus	14,00 1kg	11,00 1kg	10,50 1kg
Hammer	13,00 3kg	11,00 3kg	
Speer	13,00 400g		

<b>Senioren/innen</b>	<b>M 30</b>	<b>M 40</b>	<b>W 30</b>	<b>W 40</b>
4x400m	ohne	ohne		
3x800 m			ohne	ohne
3x1000 m	ohne	ohne		

Bei mehr als 3 Vorläufen kommen jeweils die Zeitschnellsten in den Endlauf

**ZEITPLAN****SENIOREN II 2005**

<b>Wettbewerb</b>		<b>M 50</b>	<b>M 55</b>	<b>M 60</b>	<b>M 65</b>
100 m	V	Sa 11:25	Sa 11:10	Sa 10:50	Sa 10:25
100 m	E	Sa 13:15	Sa 13:10	Sa 13:05	Sa 13:00
200 m	V	So 11:30	So 11:15	So 10:55	So 10:35
200 m	E	So 13:10	So 13:05	So 13:00	So 12:55
400 m	V	Fr 17:45	Fr 17:35	Fr 17:25	Fr 17:10
400 m	E	Sa 14:30	Sa 14:25	Sa 14:20	Sa 14:15
800 m	ZE	Fr 16:10	Fr 16:00	Fr 15:50	Fr 15:40
1500 m	ZE	So 14:20	So 14:10	So 14:00	So 13:50
5000 m	E	Sa 18:00	Sa 17:35	Sa 17:05	Sa 16:35
10000 m	E	Fr 17:55	Fr 17:55	Fr 17:55	Fr 18:55
100 m H	ZE	Fr 15:25	Fr 15:15	Fr 15:00	Fr 14:50
300 m H				So 09:40	So 09:30
400 m H	ZE	So 10:05	So 10:00		
4x100 m	ZE	Sa 15:30		Sa 15:20	
Hoch		Sa 12:25	Sa 10:50	Fr 17:00	So 11:40
Stab		Sa 14:40	Sa 13:15	Sa 10:00	Fr 16:30
Weit		Sa 16:40	Sa 14:15	Sa 15:15	Sa 18:00
Drei		So 13:15	So 11:15	So 10:15	So 12:15
Kugel		Sa 15:30	Sa 14:00	Sa 13:00	Fr 17:45
Diskus		So 13:10	So 11:50	So 10:25	Sa 13:50
Hammer		Sa 11:25	Sa 09:00	Sa 14:20	Sa 10:15
Speer		So 10:40	So 09:00	So 13:15	Fr 14:30

<b>Wettbewerb</b>		<b>M 70</b>	<b>M 75</b>	<b>M 80</b>	<b>M 85</b>
100 m	V	Sa 10:10	Sa 10:00		
100 m	E	Sa 12:55	Sa 12:50	Sa 12:45	
200 m	V	So 10:25	So 10:15		
200 m	E	So 12:50	So 12:45	So 12:40	
400 m	ZE	Sa 14:00	Sa 14:00		
800 m	ZE	Fr 16:25			
1500 m	ZE	So 13:40	So 13:40		
5000 m	E	Sa 16:00	Sa 16:00		
10000 m	E	Fr 18:55	Fr 18:55		
Hoch	E	Fr 15:45	Fr 14:30		
Weit	E	Fr 14:30	Sa 13:30	Fr 16:45	
Kugel	E	So 12:00	Sa 09:30	So 11:00	Fr 15:45
Diskus	E	Sa 10:10	Sa 12:55	Fr 18:00	Fr 19:00
Hammer	E	Fr 14:30	Fr 17:25	Fr 15:45	
Speer	E	Fr 17:10	Fr 16:00	Sa 11:25	Sa 11:25

<b>Wettbewerb</b>		<b>W 50</b>	<b>W 55</b>	<b>W 60</b>	<b>W 65</b>
100 m	V	Sa 12:10	Sa 11:55	Sa 11:45	Sa 11:35
100 m	E	Sa 13:45	Sa 13:40	Sa 13:35	Sa 13:30
200 m	V	So 12:00	So 11:50	So 11:40	
200 m	E	So 13:30	So 13:25	So 13:20	So 13:15
400 m	ZE	Sa 14:50	Sa 14:40	Sa 14:35	
800 m	ZE	Fr 16:55	Fr 16:45	Fr 16:35	Fr 16:35
1500 m	ZE	So 12:25	So 12:25	So 12:15	So 12:15
5000 m	E	Sa 09:00	Sa 09:00	Sa 09:30	Sa 09:30
80 m H	ZE	Fr 14:35	Fr 14:30		
4x100 m	ZE	Sa 15:50		Sa 15:45	
Hoch		So 10:00	Sa 16:45	Sa 09:30	Sa 15:20
Stab		So 11:30	So 11:30		
Weit		Sa 10:00	Sa 09:00	So 09:00	Fr 15:45
Kugel		Sa 10:25	So 09:30	Sa 11:45	Fr 18:30
Diskus		Sa 15:20	Sa 16:45	Sa 18:10	So 09:00
Hammer		Sa 12:45	Sa 13:30	Fr 18:15	Fr 16:25
Speer		Sa 18:50	So 12:10	Sa 16:35	Sa 17:30

<b>Wettbewerb</b>		<b>W 70</b>	<b>W 75</b>	<b>W 80</b>
100 m	E	Sa 13:25	Sa 13:20	
800 m	ZE	Fr 16:35		
1500 m	ZE	So 12:15		
5000 m	E	Sa 09:30		
Hoch		Sa 14:15	Sa 14:15	
Weit		Fr 17:45	Fr 17:45	
Kugel		Fr 16:30	Fr 14:30	Fr 14:30
Diskus		Sa 11:35	Fr 16:00	Fr 16:00
Hammer		Fr 18:55	Sa 15:30	
Speer		Sa 09:00		

<b>Wettbewerb</b>		<b>M 30</b>	<b>M 40</b>	<b>W 30</b>	<b>W 40</b>
4x400 m	E	Sa 12:35	Sa 12:25		
3x800 m	E			Sa 13:50	Sa 13:50
3x1000 m	E	Sa 15:00	Sa 15:00		

## **Sprunghöhen**

Hochsprung:

M50	1,45 - 1,50 - 1,55 - 1,60 - weiter 3 cm
M55	1,35 - 1,40 - 1,45 - 1,50 - weiter 3 cm
M60	1,25 - 1,30 - 1,35 - 1,40 - weiter 3 cm
M65	1,15 - 1,20 - 1,25 - 1,30 - weiter 3 cm
M70	1,05 - 1,10 - 1,15 - 1,20 - weiter 3 cm
M75	0,95 - 1,00 - 1,05 - 1,10 - weiter 3 cm

W50	1,10 - 1,15 - 1,20 - 1,23 weiter 3 cm
W55	1,05 - 1,10 - 1,15 - 1,18 weiter 3 cm
W60	1,00 - 1,05 - 1,10 - 1,13 weiter 3 cm
W65	0,95 - 1,00 - 1,05 - 1,08 weiter 3 cm
W70	0,90 - 0,95 - 1,00 - 1,03 weiter 3 cm
W75	0,85 - 0,90 - 0,95 - 1,00 weiter 3 cm

Stabhochsprung:

M50	2,50 - 2,60 - weiter 10 cm bis 3,20 dann weiter 5 cm
M55	2,30 - 2,40 - weiter 10 cm bis 3,00 dann weiter 5 cm
M60	2,00 - 2,10 - weiter 10 cm bis 2,80 dann weiter 5 cm
M65	2,00 - 2,10 - weiter 10 cm bis 2,70 dann weiter 5 cm
W50/55 u. älter	1,80 – 1,90 - 2,00 – 2,05 - 2,10 weiter 5 cm

## **Startunterlagen**

Freitag,	04.08.	10:00 bis 19:00 Uhr
Samstag,	05.07.	07:30 bis 18:30 Uhr
Sonntag,	06.08.	ab 08:00 Uhr

## **Anreise**

Die Anreise erfolgt aus allen Richtungen über die Bundesautobahnen in Richtung Aachen. Am Autobahnkreuz Aachen weiter über die A 44 in Richtung Lüttich.

Von der Ausfahrt Aachen-Lichtenbusch fahren Sie stadteinwärts und ab der Stadtgrenze Aachen folgen Sie den Hinweisschildern „Waldstadion“ sowie den DLV-Hinweisschildern.

Weitere Parkmöglichkeiten bestehen auch am Waldfriedhof (Fußweg ca. 15 Minuten).

Öffentliche Verkehrsmittel:

Mit der Deutschen Bahn bis Aachen Hbf und weiter mit den Buslinien 11, 21 und 46 bis zur Haltestelle „Siegel“ (Fußweg zum Waldstadion ca. 10 Minuten).

**Unterkunft**

Buchungen über  
Verkehrsverein Bad Aachen e.V.  
Postfach 10 22 51  
52022 Aachen  
Telefon 0241/18029-50 oder -51  
Telefax 0241/18029-30  
[www.aachen-tourist.de](http://www.aachen-tourist.de)  
[info@aachen-tourist.de](mailto:info@aachen-tourist.de)

Online-Buchung auch über [www.dlv2006.de](http://www.dlv2006.de)

**Weitere Informationen**

Weitere Informationen können Sie auf der Veranstaltungs-Webseite  
[www.dlv2006.de](http://www.dlv2006.de) finden.