

# DAMM Vorkampf (M30-M70) + Einlagewettbewerbe (landesoffen)

**Termin** Dienstag, 28. Juni 2011 **Beginn** 18.00 Uhr

**Ort** Wildmoosstraße 26, 82194 Gröbenzell (im Bürgerpark)

**Veranstalter** 1.SC Gröbenzell e.V.  
Leichtathletik, Mitglied der  
LG Stadtwerke München



**Wettbewerbe**

- DAMM M30 Gr.1: 100m, 400m, 1500m, 5000m, 4x100m, Hoch, Weit, Kugel 7,26kg, Diskus 2,00kg, Speer 800gr
- DAMM M40 Gr.1: 100m, 800m, 5000m, 4x100m, Hoch, Weit, Kugel 7,26kg, Diskus 2,00kg
- DAMM M50 Gr.1: 100m, 800m, 3000m, 4x100m, Hoch, Weit, Kugel 6,00kg, Diskus 1,50kg
- DAMM M60 Gr.1: 100m, 3000m, 4x100m, Weit, Kugel 5,00kg, Diskus 1,00kg
- DAMM M70 Gr.1: 100m, 3000m, 4x100m, Weit, Kugel 4,00kg
- M/mJ 100m,800m,1500m,5000m,4x100m,Kugel,Diskus,Speer (nur Männer), **4x400m**
- F / wJ (SiA) 100m,800m,3000m,4x100m,Kugel,Diskus,Speer, **4x400m**
- M/F/J/S **Gehewettbewerbe: 5000m M/F/JA/JB und 3000m SA/SiA siehe Zeitplan**

DAMM und Einzel maximal 4 Versuche (Weit, Kugel, Diskus, Speer)

**Meldung an:** Reinhard Maier, Buchendorfer Str.14 A, 82061 Neuried, T 089-7556524,  
**bis So. 26.06.** Fax: 032223755925, E-Mail: Maier-Reinhard@t-online.de

Meldungen per E-Mail werden bestätigt! Nachmeldung vor Ort sind möglich!

**Meldegebühren** DAMM M30-M50: 50 €; M60/70: 40 €; Staffeln: 5 €; Einzel M/F: 4 €

**Startnummern** Startnummern bitte grundsätzlich auf der Brust tragen.

**Sportanlagen** Rekortan – es dürfen nur Spikes bis 6 mm Dornenlänge verwendet werden.

**Austragung** Die Veranstaltung wird nach den Bestimmungen der IWR/VAO durchgeführt.  
Für Unfälle, Diebstähle, Schäden jeder Art wird keine Haftung übernommen.

**Ausschreibung/Info/Ergebnisse:** [www.blv-sport.de](http://www.blv-sport.de) [www.m-Leichtathletik.de](http://www.m-Leichtathletik.de) [www.lg-swm.de](http://www.lg-swm.de)

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme, wünschen eine gute Anreise und erfolgreiche Wettkämpfe.

1.SC Gröbenzell

LG Stadtwerke München

**Rahmenzeitplan (bitte Zeitplanänderungen beachten!)**

gepl.Zeit	M / mJ	DAMM					F/wJ
		M30	M40	M50	M60	M70	
18.10	4x100m#	4x100m#	4x100m#	4x100m#	4x100m#	4x100m#	4x100m#
18.20		Weit	Weit	Weit	Weit	Weit	
18.30	Diskus 2,0kg	Diskus 2,0kg	Diskus 2,0kg	Diskus 1,5kg	Diskus 1,0kg		Diskus 1,0kg
18.40	1500m	1500m					
18.50	<b>3000m Gehen SA</b>	Hoch	Hoch	Hoch			<b>3000m Gehen SiA</b>
19.15	100m#	100m#	100m#	100m#	100m#	100m#	100m#
19.30	Speer 800g						Speer 600g
19.30	800m#		800m#	800m#			800m#
19.40		400m					
19.45	<b>4x400m</b>						<b>4x400m</b>
19.50	<b>5000m Gehen M/J</b>						<b>5000m Gehen F/J</b>
20.00	Kugel 7,26kg	Kugel 7,26kg	Kugel 7,26kg	Kugel 6,0kg	Kugel 5,0kg	Kugel 4,0kg	Kugel 4,0kg
20.00							
20.20				3000m#	3000m#	3000m#	3000m#
20.40	5000m	5000m	5000m				

**Hinweise:** #=gemischter Wettkampf gem. §6 Ziff.1a-e/3a-f LAO bzw. §1 Ziff.3 VAO, \* = inkl. Schülerinnen A