

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 www.m-Leichtathletik.de 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	3000m Gehen SA	Hoch	Hoch	Hoch			3000m Gehen SiA
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	4x400m						4x400m
19.50	5000m Gehen M/J						5000m Gehen F/J
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