



DSV 04

Düsseldorfer Sportverein 04 Lierenfeld e.V.

Leichtathletik - Abteilung - Ernst – Poensgen – Kampfbahn

Ernst-Poensgen-Spiele 2010

LVN offenes Seniorensportfest und Westdeutsche Meisterschaften im Bahngehen

mit Senioren-Kreismeisterschaften für den LVN-Kreis Düsseldorf/Neuss sowie Wertungswettkampf für den Deutschen Geherpokal

Samstag, 05 Juni 2010, Ernst-Poensgen-Kampfbahn

Ausgestellt-Stand

Hs 28.11.2009

Veranstalter

DSV 04 Lierenfeld, Leichtathletik - Abteilung

Austragungsort

Ernst-Poensgen-Kampfbahn, Wilhelm-Heinrich-Weg 2, 40231 Düsseldorf
400m Rundbahn mit Kunststoff, nur mit maximaler Dornlänge von 6 mm zu betreten,
und elektronischer Zeitmessung

Wettbewerbe

Einzel, Staffel, Neu 3-Kampf der Senioren

Disziplinen

100, 200, 400 m		w/m Jgd A-B	Senior/innen
100, 300 m	W/M 14, 15		
4x100 m	W/M 14, 15	w/m Jgd A-B	Senior/innen
Weit, Hoch		w/m Jgd A-B	Senior/innen
Dreisprung	W/M 15	w/m Jgd A-B	Senior/innen
Kugel, Diskus, Speer		w/m Jgd A-B	Senior/innen
800 m	W 14, 15	w/m Jgd A-B	Senior/innen
2.000 m	W/M	14, 15	
1.500, 5.000 m		w/m Jgd A-B	Senior/innen
1.000 – 5.000 m BG	SI, S	w/m Jgd A-B	M/F Senior/innen

NEU

3-Kampf Senior/innen hier der Wettkampfablauf: Sprint, Weitsprung, Kugel.

Der Sprint und Weitsprung finden zum gleichen Zeitpunkt wie die Einzeldisziplinen statt mit der Ausnahme des Kugelstoßens um 13:00 Uhr für die 3-Kämpfer/innen.

WICHTIG: Der Dreikampf ist in unserem Zeitplan nicht ausgeworfen, steht nur hier in der Ausschreibung.

Veranstaltung

Die Veranstaltung ist **LVN** offen ausgeschrieben.

Meldungen

Hansi Schmidt, Tulpenweg 25, 40231 Düsseldorf, Tel.: (0211) 221977, Fax: 221047
E-Mail: **Meldungen_Schmidt-Hansi@gmx.de** /-oder Schmidt-Hansi@gmx.de

Startgebühren

Erwachsene	Einzel	4,00 €	Staffel	5,00 €	Mehrkampf	8,00 €
Jugendliche		3,50 €		4,00 €		
Schüler/innen		3,00 €		4,00 €		

Startgebühren für die Westdeutschen Meisterschaften Bahngehen siehe Regelung des jeweiligen Landesverbandes.

Meldeschluss

02.06.2010 (Post-, Maileingang)

Nachmeldungen

Nur möglich, soweit der Ablauf der Veranstaltung nicht gestört wird.

Annahmeschluss für Nachmeldungen = **50 Minuten** vor der stattfindenden Disziplin.

Nachmeldegebühr

Beträgt 2,00 € pro Disziplin.

Stellplatz

Im Leichtathletik-Geschäftszimmer. Hier werden die Startunterlagen ausgegeben.

Auszeichnungen

Jede/r Teilnehmer/in erhält am Veranstaltungstag eine Urkunde (AK-Wertung).
Nicht abgeholte Urkunden werden bei der nächsten DSV 04-Veranstaltung ausgelegt.

Siegerehrungen

Es erfolgt eine Siegerehrung der ersten Sechs.

Ergebnislisten

Ergebnislisten holen Sie sich bitte aus dem Internet (www.zeitmess.de).

Hinweis

Alle Sportgeräte werden neben dem LA-Geschäftszimmer kontrolliert.

Haftung

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Unfälle oder Diebstähle jeder Art.

DSV 04 Sportstätte : Wilhelm – Heinrich – Weg 2, 40231 Düsseldorf / Lierenfeld, ☎ 0211- 21 57 07, www.DSV04.de

Während der Veranstaltung sind wir unter der Rufnummer 0171 – 1913527 zu erreichen.
Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme, wünschen Ihnen eine gute Anreise und den erhofften Erfolg.

DSV 04 Leichtathletik

Düsseldorf Sportverein 04 Lierenfeld e. V.

Ernst - Poensgen - Spiele 2010

Samstag, 05. Juni 2010, Ernst-Poensgen-Kampfbahn mit Senioren Kreismeisterschaften und Westdeutschen Meisterschaften Bahngehen

Zeit / Klassen	Schüler		männliche Jugend		Senioren		Zeit / Klassen	Schülerinnen		weibliche Jugend		Seniorinnen	
	SA M14	SA M15	MJB 16/17 J	MJA 18/19 J	Senioren 30 - 45	Senioren 50 - älter		SIA W 14	SIA W 15	WJB 16/17 J	WJA 18/19 J	Seniorinnen 30 - 45	Seniorinnen 50 - älter
10:55	100 m ZE	100 m ZE			Kugel 2	Diskus	10:55	100 m ZE	100 m ZE				
			100 m ZE	100 m ZE						100 m ZE	100 m ZE		
					100 m ZE	100 m ZE						100 m ZE	100 m ZE
11:30	300 m ZE	300 m ZE			Weit	Weit	11:30	300 m ZE	300 m ZE			Hoch Anf. 1.03	Hoch Anf. 0.90
11:45							11:45	800 m ZE					
			800 m ZE							800 m ZE			
					800 m ZE							800 m ZE	
12:15					Diskus	Kugel 2	12:15						
12:30			200 ZE	200 ZE			12:30			200 ZE	200 ZE		
					200 ZE	200 ZE						200 ZE	200 ZE
12:45					Hoch Anf. 1.12 m	Hoch Anf. 0.99 m	12:45					Weit	Weit
13:00	4 x100 m						13:00	4 x100 m ZE					
			4 x100 m	4 x100 m						4 x100 m	4 x100 m		
					4 x100 m							4 x100 m	
13:05							13:05					Diskus	Diskus
13:45			1.500 m ZE				13:45			1.500 m ZE			
					1.500 m ZE							1.500 m ZE	
14:00			Hoch Anf. 1.30 m	Hoch Anf. 1.30 m	Speer	Speer	14:00					Kugel 2	Kugel 2
14:05			Weit	Weit			14:05			Weit	Weit		
15:00			Kugel 1	Kugel 1			15:00			Kugel 1	Kugel 1	Speer	Speer
15:05		Dreisp.	Dreisp.	Dreisp.	Dreisp.	Dreisp.	15:05	Dreisp.	Dreisp.	Dreisp.	Dreisp.	Dreisp.	Dreisp.
16:00							16:00			Hoch Anf. 1.20 m	Hoch Anf. 1.20 m		
16:05			Diskus	Diskus			16:05			Diskus	Diskus		
17:00			400 ZE	400 ZE	400 ZE	400 ZE	17:00			400 ZE	400 ZE	400 ZE	400 ZE
17:15			Speer	Speer			17:15			Speer	Speer		
18:15	3.000 m	3.000 m					18:15	3.000 m	3.000 m				
			3.000 m	3.000 m						3.000 m	3.000 m		
18:45					10.000 m	10.000 m	18:45					10.000 m	10.000 m

Beim Hochsprung starten wir in den einzelnen AK-Klassen mit den von uns angegebenen Anfangshöhen, Höhenverstellung 3 cm.

Zeitplanänderung: Bei zu wenigen Teilnehmer/innen, bleibt es dem Veranstalter vorbehalten, Altersklassen zusammen zu legen. Bei den Mittel- u. Langläufen starten wir in gemischten Klassen. Bei den Läufen starten wir von den jüngeren zu den älteren Klassen und fangen jeweils mit männlichen Klassen an.

Westdeutsche Meisterschaften im Bahngehen

im Rahmen der Ernst-Poensgen-Spiele

Samstag, 05.06.2010

Zeit / Klassen	Schüler		männliche Jugend		Senioren		Zeit / Klassen	Schülerinnen		weibliche Jugend		Seniorinnen	
	SB M12/13	SA M14/15	MJB 16/17 J	MJA 18/19 J	M/Sen. 20 - 55	Senioren 60 - älter		SIB W 12/13	SIA W14/15	WJB 16/17 J	WJA 18/19 J	Frauen 20	Seniorin 30 - älter
14:10	1000 BG						14:10	1000 BG					
	SC							SIC					
14:10	2000 BG						14:10	2000 BG					
14:25		3000 BG					14:25		3000 BG	3000 BG			
14:55							14:55			5000 BG	5000 BG	5000 BG	5000 BG
15:40			5000 BG			5000 BG	15:40						
16:25				5000 BG	5000 BG		16:25						

Bei dem Bahngehen starten wir in gemischten Klassen. Bitte Bestleistungen angeben, wir setzen nach diesen Leistungen. Bei geringen Teilnehmerfeldern werden Altersklassen zusammengelegt.