

Vorstand der Region Ostfriesland

Vorsitzender:	Reinhard Knoop	Buchenweg 3 26835 Holtland Tel.: 04950 - 2934 Fax: 04950 - 805 163 e-mail: knoopreinhard@t-online.de
Stellvertretender Vorsitzender:	Johann Wolterink	Upganter Str. 27 26529 Upgant-Schott Tel.: 04934 - 4146 Fax: 04934 - 497757? e-mail: johann.wolterink@ewetel.net
Kassenwart:	Klaus-Dieter Becker	Leegstückenweg 23 26607 Aurich Tel.: 04941 - 87 532 Fax: 04941 - 96 75 19 e-mail: k-dbecker@gmx.de
Schriftführer:	Johann Wolterink	Upganter Str. 27 26529 Upgant-Schott Tel.: 04934 - 4146 e-mail: johann.wolterink@ewetel.net
Wettkampfwart:	Harry Jürrens	Krummhörner Ring 20 26736 Krummhörn Tel.: 04923 - 8268 e-mail: hjuerrens@t-online.de
Jugend- & Schülerwart:	N.N.	
Breitensport- und Volkslaufwart:	Klaus-Dieter Becker	Leegstückenweg 23 26607 Aurich Tel.: 04941 - 87 532 Fax: 04941 - 96 75 19 e-mail: k-dbecker@gmx.de
Schulsportbeauftragter:	Aalf Schlicker	Finkenstr. 6 26632 Ihlow / Riepe Tel.: 04928 - 915753 Fax: 04928 - 915754 e-mail: aalf.schlicker@gmx.de
Kampfrichterwart:	Hans-Jürgen Kolbow	Tilsiter Straße 6 26603 Aurich Tel./Fax: 04931 - 2801
Statistiker:	Harry Jürrens	Krummhörner Ring 20 26736 Krummhörn Tel.: 04923 - 8268 e-mail: hjuerrens@t-online.de
Pressewart:	Lars Seinschedt	Geibelstr.30 28215 Bremen Tel.: 0421 - 240 57 63 Fax: 0421 - 240 16 44 e-mail: seinschedt@ostfriesland- la.de

NLV - Kreise in Ostfriesland

NLV - Kreis Aurich	Klaus-Dieter Becker	Leegstückenweg 23 26607 Aurich Tel.: 04941 – 87532
NLV - Kreis Emden	Johann Rathert	Pinienstr. 61 26725 Emden Tel.: 04921 – 5279 e-mail: johann.rathert@ewetel.net
NLV - Kreis Wittmund	Eibo Eiben	Katrepelweg 24 26427 Dunum Tel.: 04971 – 2424
NLV - Kreis Leer	Reinhard Knoop Komm.	Buchenweg 3 26835 Holtland 04950-2934

Veranstaltung	MELDETERMINE	TERMINE	Ort
BM Cross	27.1	31.1	Lingen
RM Cross	28.2	6.3.	Hollsand
BM Hammer	13.4	17.4	Nordenham-Blexen
BM Mehrkampf	24.4	1./2.5	Osnabrück
BM DSMM Schü A-C	3.5	8.5	Wilhelmshaven
RM Blockm.	6.5.	13.5	Leer
RM Schü A		28.5	Aurich
BM Einz.MF Jgd	24.5	30.5	Wilhelmshaven
RM Schü B Einzel	31.5	5.6.	Leer
RM Schü C Einzel	1.6	6.6.	Warsingsfehn
RMSchü D Dreik.	11.6	18.6.	Moorhusen
RM Halbmarathon	20.6	27.6	Dunum
RM Langstrecke	8.8.	10.8	Warsingsfehn
RM Schü C 3/4k.	14.8	21.8	Norden
BM Exoten Langst.	23.8	27.8	Papenburg
BM Hindernis	20.9	24.9	Papenburg
RMSchü A/B MK		26.9	Aurich

Vereine in den NLV-Kreisen der Region Ostfriesland

NLV-Kreis Aurich

MTV Aurich (8101)	Ingo Kaun	Meedlandsreihe 34 26605 Aurich Tel.: 04941 - 982943 e-mail: ingo.kaun@ewetel.net
SV Dornum (8102)	Matthias Regner	Müller-Bogena-Ring 39 26427 Esens Tel.: 04971 - 947847 e-mail: donreg@gmx.de
SV Georgsheil (8103)	Lydia Mücher	Lärchenstr. 22 26624 Südbrookmerland Tel.: 04941 - 87626 e-mail: michimuecher@web.de
TuS Hinte (8104)	Renate Kohle	Am Goldacker 5 26759 Hinte Tel.: 04925 - 2157 Fax: 04925 - 2104? e-mail: Renate.Kohle@t-online.de?
TV Marienhafte (8106)	Heike Schipper	Dornenstr. 31 26529 Upgant-Schott Tel.: 04934 - 990 918
TV Norden (8107)	Edzard Alberding	Domänenweg 4 26506 Norden Tel.: 04931 - 14440 Fax: 04931 - 919281 e-mail: familie.alberding@yahoo.de
TuS Norderney (8108)	Insa Lengerhuis	Im Gewerbegebiet 3 26548 Norderney Tel.: 04932 - 927292
LG Ostfriesland (8109)	Andreas Haren	Westvictoburer Str. 87 26624 Südbrookmerland ? Tel.: 04942 / 4550 e-mail: harenlgo@t-online.de
TuS Pewsum (8110)	Heino Gosch	Uttumer Reihe 3 26736 Krummhörn
Fortuna Wirdum (8113)	Johann Wolterink	Upganter Str. 27 26529 Upgant-Schott Tel.: 04934 - 4146 mail:johann.wolterink@ewetel.net
SV Hage (8116)	Johann Burmeister	Alter Dieker 4 26524 Hage Tel.: 04931 - 7365
TuS Aurich-Ost (8120)	Klaus-Dieter Becker	Leegstückenweg 23 26607 Aurich Tel.: 04941 - 87 532 Fax: 04941 - 96 75 19? e-mail: k-dbecker@gmx.de
TUS Weene (8121)	Harm Park	Parkstr.46 26605 Aurich Tel.: 04941 - 87578

Eintracht Ihlow Hans-Peter Lehne Klapphörn 2
26632 Ihlow
Tel.: 04929 – 478

SuS Strackholt Riek Frerichs Postweg 4
26629 Großefehn
Tel.: 04946 - 912 033

TG Wiesmoor (8138) Andreas Reimann Dahlienstr. 17
26639 Wiesmoor
Tel.: 04944 - 3733

NLV-Kreis Emden

BW Borssum (8204) Lutz Spormann Ulmenstr. 57
26725 Emden
Tel.: 04921 – 57685
e-mail: spormann-Lutz@web.de

Emdener Laufgemeinschaft (8109) Hermann Voß Am Margarethenhof 7
26759 Hinte
Tel.: 04925 - 2347
e-mail: HKVoss@t-online.de

SV Emden-Harsweg (8211) Uwe Pfeiffer Steinweg 53a
26721 Emden
Tel./Fax: 04921 – 40503
e-mail: Ghuthi.Emden@t-online.de

NLV-Kreis Leer

TuS Borkum (8301) Hindenburgstraße 97
26757 Borkum?
e-mail: tusborkvorstand@aol.com

STV Hollsand (8303) Klein-Oldendorfer Str. 29
26670 Uplengen

SV Holtland (8304) Klaus Beyer Buchenweg 19
26835 Holtland
Tel.: 04950 - 2938
Fax: 04950 – 2937
e-mail: beyer-holtland@t-online.de

VfL Jheringsfehn (8305)

SV Concordia Ihrhove (8306) Beene Oldigs Denkmalstraße 18
26810 Westoverledingen
Tel.: 04955 – 2300
e-mail: beene.oldigs@t-online.de

VfL Germania Leer (8307)

Concordia Neermoor (8310)	Ralf-Dieter Klaassen	Norder Str. 87 26802 Moormerland Tel.: 04954 - 2625 Fax: 04954 - 939893 e-mail: ralf- dieter.klaassen@ewetel.net
TV Oldersum (8312)		Klunderburgstr 26 26802 Rorichum Tel.: 04924 - 1423 e-mail: info@tv-oldersum.de
SV Stikelkamp (8313)	Hans-Hermann Müller	Hauptstraße 44 26835 Neukamperfehn Tel.: 04946 - 912930 e-mail: h-h.mueller@t-online.de
SV Warsingsfehn (8315)	Rolf Steinke	Hoheellernweg 23 26789 Leer Tel./Fax: 0491 - 12021 e-mail: Rolfhsteinke@aol.com
TuS Weener (8316)	Thomas Knoche	Molkereistr. 73 26831 Wymeer Tel./Fax: 04903 - 912995 e-mail: webmaster@tusweener.de
LG Uplengen (8317)	Frieda Janshen	Kolkenweg 4 26670 Uplengen 04956-4457
VfL Ockenhausen, 8311	Thomas Otto	Am Großen Stein 7 26670 Uplengen Tel.: 04956-990401 Fax: 04956-990403 mail: thomasotto@arcor.de
VfB Uplengen, 8314	Melanie Wolff	Westring 26 26670 Uplengen 04956-409428 mail: wolfmelanie@gmx.de
TuS Detern (8320)	Elke Warnders	Woerdestraße 17 26847 Detern Tel.: 04957 - 990151 Fax: 04957 - 927276 e-mail: info@tus-detern.de
SV Teutonia Stapelmoor (8321)	Johann Elias	Pannebakerstr. 18 26826 Weener Tel.: 04951 - 8576 Fax: 04951 - 8572 e-mail: johann.elias@web.de
Fortuna Logabirum (8324)	Ralf Vry	Leegkamp 8a 26789 Leer Tel.: 0491 - 99239974 e-mail: ralfvry@freenet.de

MTV Ditzum (8331)	Luitpold Handwerker	Pfefferstr. 22 26844 Jemgum-Ditzum Tel.: 04902 – 543
TSV Hesel (8332)	Günter Saathoff-Kettwig	Kastanienstr. 40 26835 Hesel Tel.: 04950 – 1670 e-mail: g.saathoff-kettwig@t-online.de
SV Ems Jemgum (8333)	Gaby Hommers	Osterreide 1 26844 Jemgum Tel.: 04958 - 1293 e-mail: gaby.hommers@ewetel.net
SV Blau-Weiß Filsum	Gerd Janssen	Wallring 7 26849 Filsum
SV Wymeer-Boen	Helmut Tjabben	Kirchstraße 1 26831 Bunde-Wymeer Tel.: 04903 – 298 Fax.: 04903 - 915785

NLV-Kreis Wittmund

SC Dunum (8402)	Eibo Eiben	Katrepelweg 5 26427 Dunum Tel.: 04971 - 2424
TSV Langeoog (8405)	Anja Börgmann	Friesenstr.22 26465 Langeoog Tel.: 04972 –990256
MTV Wittmund (8410)	Wilhelm Stallmann	Weidenweg 5 26409 Wittmund Tel.: 04462 - 4336
TV Friedeburg (8411)	Helmut Haseborg	Strooterweg 50 26446 Friedeburg

Hinweise für alle Ausrichter von Veranstaltungen und für Vereine, die außerhalb der Region Ostfriesland starten

- ⇒ Ergebnislisten von Meisterschaften bzw. Bestenkämpfen müssen innerhalb von 14 Tagen in 2-facher Ausfertigung mit dem Veranstaltungsbericht (2-fach) an den Statistiker Harry Jürrens geschickt werden. Wenn EDV (COSA) eingesetzt wurde, **unbedingt** eine Diskette beifügen. Die Arbeit wird dadurch sehr erleichtert!!
- ⇒ Alle Ergebnisse von Aktiven, die außerhalb Ostfrieslands erzielt wurden, sind umgehend an den Statistiker Harry Jürrens zu senden. Die Aufnahme von Ergebnissen, die nicht spätestens vier Wochen nach der Veranstaltung beim Statistiker vorliegen, kann nicht garantiert werden!
- ⇒ Bei der Erstellung von Ergebnislisten unbedingt darauf achten, dass
 - Jahrgang und Vereinszugehörigkeit angegeben sind (läuft oft bei „Jugend trainiert für Olympia“ falsch)
 - bei Staffelteilnehmern der Jahrgang angegeben ist
 - Einzelpunktzahlen bei Mehrkämpfen vermerkt sind
 - bei Mehrkämpfen die Reihenfolge der Disziplinen wie in der Bestenliste aufgeführt ist
 - eindeutig vermerkt ist, ob bei Sprint- und Sprungdisziplinen Windunterstützung vorhanden war
 - bei mehrseitigen Listen die Seiten nummeriert und mit Datum versehen sind
 - bei Mehrkämpfen in der Kopfleiste die Disziplinen und die Gewichte der Wurfgeräte angegeben sind.
 - Mannschaftsergebnisse immer korrekt ausgerechnet sind.
 - Kopien von Ergebnislisten gut lesbar sind.

Allgemeine Ausschreibungsbestimmungen für Meisterschaften und Bestenkämpfe der Region Ostfriesland

I. Veranstalter

NLV-Bezirk Weser Ems (Bezirksmeisterschaften - BM)

Leichtathletik Region Ostfriesland (LRO) e.V. (Regionsmeisterschaften – RM)

II. Durchführung

Die Meisterschaften und Bestenkämpfe werden in den aufgeführten Wettbewerben nach den Internationalen Wettkampf-Regeln IWR (aktuelle Ausgabe) und den Satzungen und Ordnungen (aktuelle Ausgabe) sowie unter Anwendung der DLV-Mehrkampfwertung (aktuelle Ausgabe) durchgeführt.

III. Teilnahmerecht

An den Meisterschaften können nur Mitglieder der Vereine im Bezirk Weser-Ems bzw. in der Region Ostfriesland teilnehmen.

IV. Meldungen und Meldeschluss

Meldungen sind einfach auf DLV-Vordruck 2.21 spätestens zum Meldetermin zu übersenden. Alle Vereine der Region können das COSA-Programm erhalten. Es wird gebeten, dieses Angebot anzunehmen und Meldungen möglichst per PC/Datei zu erstellen. Die Ausrichter werden dankbar sein. Eine Annahmestätigung der Meldung erfolgt nicht! Staffelteilnehmer müssen namentlich mit Ersatzathleten gemeldet werden. Für Mannschaftswettbewerbe ergeben sich die Mannschaftsteilnehmer durch die Reihenfolge der Platzierung in den Wettbewerben.

V. Organisationsbeiträge

Organisationsbeiträge:	Erwachsene	Jugend	Schüler
Einzelmeldung	3,00 €	2,00 €	1,00 €
Mehrkampfmeldung	6,00 €	3,00 €	2,50 €
Staffelmeldungen	4,00 €	3,00 €	2,00 €
Straßenlauf	6,00 €	4,00 €	2,00 €

Wenn Ergebnislisten in **gedruckter** Form gewünscht werden, muss der Meldung ein ausreichend frankierter DIN-A 4 Briefumschlag beigelegt werden. Die Ausrichter der jeweiligen Meisterschaft senden eine Ergebnisliste (e-mail oder Diskette) an den Statistiker Harry Jürrens.

Bei gemeinsamen Meisterschaften mit den Regionen Oldenburg oder Osnabrück können höhere Organisationsbeiträge fällig werden. Die Organisationsbeiträge (auch für nicht gestellte Kampfrichter) sind für jeden **gemeldeten** Teilnehmer am Veranstaltungstag zu entrichten. Mit der Abgabe der Meldung verpflichten sich die Vereine, die Organisationsgebühren auch bei Nichtteilnahme eines oder mehrerer Athleten zu zahlen. Der Betrag ist dann innerhalb von 14 Tagen nach Ende der Veranstaltung auf das Konto der Region Ostfriesland einzuzahlen.

VI. Meldungen am Stellplatz

Ist ein Stellplatz eingerichtet, so haben sich die Teilnehmer **unaufgefordert 60 Minuten** vor Beginn des jeweiligen Wettbewerbs am Stellplatz zu melden. Für die Ausführung der pünktlichen Meldung ist **ausschließlich der Aktive verantwortlich**.

VII. Ausschluss eines Teilnehmers

Teilnehmer, die sich am Stellplatz melden, aber nicht zum Wettkampf antreten, werden von der Teilnahme an weiteren Wettbewerben dieser Veranstaltung ausgeschlossen, es sei denn, sie haben ihren Verzicht vorher bekanntgegeben. Teilnehmer, die in Vor- und Zwischenläufen die weitere Teilnahmeberechtigung erworben haben, diese aber dann nicht wahrnehmen, werden von der weiteren Teilnahme ausgeschlossen, es sei denn, sie geben ihren Verzicht dem Schriftführer rechtzeitig vor Beginn des Wettbewerbs bekannt.

VIII. Geräte

Eigene Geräte können benutzt werden, wenn diese den IWR entsprechen. Die Geräte werden vor dem Wettkampf von den Kampfrichtern überprüft. Eigene Wurfgeräte müssen auch den anderen Teilnehmern zur Verfügung gestellt werden, solange der Athlet am Wettkampf teilnimmt. Sprungstäbe brauchen nicht zur Verfügung gestellt zu werden. Von den Veranstaltern werden keine Sprungstäbe gestellt. Bei Veranstaltungen im Stadion sind nur Spikedornen bis zu einer maximalen Länge von 6 mm zugelassen.

IX. Vor- und Zwischenläufe, Ausscheidung, Vor- und Endkampf

Die Endlaufteilnehmer werden in Vor- und Zwischenläufen ermittelt. Die Ersten sowie die Zeitschnellsten kommen in die Zwischenläufe bzw. in den Endlauf. In allen Schülerklassen kommen grundsätzlich die Zeitschnellsten in die Zwischenläufe oder in den Endlauf. In allen Sprung-, Wurf- und Stoßwettbewerben kommen aus dem Vorkampf nach drei Versuchen die besten acht Athleten in den Endkampf.

X. Vereinskleidung, Startnummernkarten

Die Teilnehmer müssen in der Vereinskleidung (ab Schüler A) an den Start gehen. Ausgegebene Startnummern sind **unverändert und deutlich** sichtbar zu tragen. Ein Knicken der Startnummern ist nicht erlaubt. Beim Hoch- und Stabhochsprung kann nur eine Startnummernkarte, entweder auf dem Rücken oder der Brust getragen werden. Wenn nur eine Startnummer ausgegeben wird, ist diese auf der Brust zu tragen. Ist bei Laufwettbewerben nur eine Startnummernkarte ausgegeben, ist diese grundsätzlich auf der Brust zu tragen.

XI. Festlegung der Anfangshöhen im Hochsprung

Es gelten für Regionsmeisterschaften der SchülerInnen A B C folgende Anfangs- und Steigerungshöhen:

für Blockwettkampf und Vierkampf

Sch A M 14/15	Sch B M 12/13	Sch C M 10/11	SchI A W 14/15	SchI B W 12/13	SchI C W 10/11
1,20 m	1,10 m	0,90 m	1,15 m	1,05 m	0,85 m
weitere Steigerungshöhen + 4 cm					

für Einzelwettbewerbe (gilt nicht in der Halle wenn anders ausgeschrieben)

Sch A	M 14/15	1,25 m	+ 5 cm; 1,40 - 1,60 m + 4 cm	weiter + 3 cm
Sch B	M 12/13	1,15 m	+ 5 cm; 1,25 - 1,41 m + 4 cm	weiter + 3 cm
Sch C	M 10/11	1,00 m	+ 5 cm; 1,10 - 1,22 m + 4 cm	weiter + 3 cm
SchI A	W 14/15	1,20 m	+ 5 cm; 1,35 - 1,47 m + 4 cm	weiter + 3 cm
SchI B	W 12/13	1,10 m	+ 5 cm; 1,20 - 1,36 m + 4 cm	weiter + 3 cm
SchI C	W 10/11	0,95 m	+ 5 cm; 1,05 - 1,17 m + 4 cm	weiter + 3 cm

XII. Verlegung von Meisterschaften bzw. Bestenkämpfen

Auch bei Verlegung eines Termins bzw. bei Abbruch einer Veranstaltung bleiben die Meldungen gültig. Das Startgeld ist entsprechend der abgegebenen Meldung zu entrichten.

XIII. Zeitplan bei Einzelmeisterschaften

Für alle Einzelmeisterschaften des Bezirks WE sowie der Region Ostfriesland ist im Veranstaltungsheft ein Zeitplan veröffentlicht. Änderungen sind vorbehalten.

XIV. Stellung von Kampfrichtern

Bei Meisterschaften und Wettkämpfen der Region Ostfriesland haben die Vereine entsprechend der Anzahl der gemeldeten Teilnehmer Kampfrichter oder Helfer zu stellen:

Bei Einzel- und Mehrkampfmeisterschaften:

3 - 5 Aktive	=	1 Kampfrichter/Helfer
6 - 12 Aktive	=	2 Kampfrichter/Helfer
13 - 20 Aktive	=	3 Kampfrichter/Helfer
21 - 30 Aktive	=	4 Kampfrichter/Helfer
31 - 40 Aktive	=	5 Kampfrichter/Helfer
41 und mehr Aktive	=	6 Kampfrichter/Helfer

Bei Cross, Langstrecken, Straßenläufen, Hallenveranstaltungen und Langstaffeln:

3 - 5 Aktive	=	1 Kampfrichter/Helfer
6 - 20 Aktive	=	2 Kampfrichter/Helfer
21 und mehr Aktive	=	3 Kampfrichter/Helfer

Die Kampfrichter/Helfer müssen **grundsätzlich** bei der Meldung namentlich gemeldet und beim Wettkampf gestellt werden. Sollte die notwendige Anzahl an Kampfrichtern/Helfern nicht spätestens 30 Minuten vor Beginn zur Kampfrichterbesprechung gestellt werden, so werden die Sportlerinnen und Sportler des meldenden Vereins nicht zugelassen. Kampfrichtern und Helfern steht bei halbtägigen Veranstaltungen ein Entgelt in Höhe von 5 € zu; bei Ganztagsveranstaltungen werden 10€ gezahlt.

Der jeweils ausrichtende Verein hat den Vereinen rechtzeitig Mitteilung zu machen, wenn gemeldete Kampfrichter nicht zum Einsatz kommen.

Für die Hallenmeisterschaften wird der Einsatz der Kampfrichter in Absprache mit dem Ausrichter vom Kampfrichterwart geregelt.

XV. Ehrungen

Die Siegerinnen und Sieger der Regionsmeisterschaften erringen den Titel „Ostfrieslandmeisterin“ bzw. „Ostfrieslandmeister“. Urkunden werden für die Endlauf- bzw. Endkampfteilnehmer ausgegeben. (Weser-Ems: Bezirksmeister/in)

XVI. Allgemeine Hinweise

Von den Veranstaltern und Ausrichtern wird keine Haftung bei Unfällen, Diebstahl oder sonstigen Schäden übernommen. Dieses gilt auch, wenn Wettkampfstätten nicht in ordnungsgemäßem Zustand sind (z.B. fehlende Schutzgitter). Jeder Aktive bzw. sein Betreuer ist allein verantwortlich.

Allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern wünschen wir eine gute Anreise und sportlich fairen Erfolg. Bei allen gemeinsam mit den Regionen Osnabrück oder Oldenburg durchgeführten Veranstaltungen sind Änderungen der Ausschreibungsbestimmungen möglich.

Bei Einsatz von EDV (COSA) unbedingt Ergebnisliste und Diskette an den Statistiker!

Altersklassen und Gewichte

Altersklasse		Kugel	Diskus	Hammer	Speer
Senioren	M 75	4,00 kg	1,00 kg	4,00 kg	600g
Senioren	M 70	4,00 kg	1,00 kg	4,00 kg	600g
Senioren	M 65	5,00 kg	1,00 kg	5,00 kg	600g
Senioren	M 60	5,00 kg	1,00 kg	5,00 kg	600g
Senioren	M 55	6,00 kg	1,50 kg	6,00 kg	800g
Senioren	M 50	6,00 kg	1,50 kg	6,00 kg	800g
Senioren	M 45	7,26 kg	2,00 kg	7,26 kg	800g
Senioren	M 40	7,26 kg	2,00 kg	7,26 kg	800g
Senioren	M 35	7,26 kg	2,00 kg	7,26 kg	800g
Senioren	M 30	7,26 kg	2,00 kg	7,26 kg	800g
Männer	M 20 und älter	7,26 kg	2,00 kg	7,26 kg	800g
Junioren	M 20/21/22	7,26 kg	2,00 kg	7,26 kg	800g
Männliche Jugend A	M 18/19	6,00 kg	1,75 kg	6,00 kg	800g
Männliche Jugend B	M 16/17	5,00 kg	1,50 kg	5,00 kg	700g
Schüler A	M14/15	4,00 kg	1,00 kg	4,00 kg	600g
Schüler B	M12/13	3,00 kg	0,75 kg	3,00 kg	400g
Seniorinnen	W 65	3,00 kg	1,00 kg	3,00 kg	400g
Seniorinnen	W 60	3,00 kg	1,00 kg	3,00 kg	400g
Seniorinnen	W 55	3,00 kg	1,00 kg	3,00 kg	400g
Seniorinnen	W 50	3,00 kg	1,00 kg	3,00 kg	400g
Seniorinnen	W 45	4,00 kg	1,00 kg	4,00 kg	600g
Seniorinnen	W 40	4,00 kg	1,00 kg	4,00 kg	600g
Seniorinnen	W 35	4,00 kg	1,00 kg	4,00 kg	600g
Seniorinnen	W 30	4,00 kg	1,00 kg	4,00 kg	600g
Frauen	W 20 und älter	4,00 kg	1,00 kg	4,00 kg	600g
Juniorinnen	W 20/21/22	4,00 kg	1,00 kg	4,00 kg	600g
Weibliche Jugend A	W 18/19	4,00 kg	1,00 kg	4,00 kg	600g
Weibliche Jugend B	W 16/17	4,00 kg	1,00 kg	4,00 kg	600g
Schülerinnen A	W 14/15	3,00 kg	1,00 kg	3,00 kg	600g
Schülerinnen B	W 12/13	3,00 kg	0,75 kg	3,00 kg	400g

Altersklassen – Hürdenstrecken

Strecke	Altersklasse	Hürden-Höhe	Anzahl	Anlauf	Abstand	Auslauf
110 m	Männer, M30, M35	1,067 m	10	13,72 m	9,14 m	14,02 m
110 m	M40, M45, MJA	0,991 m	10	13,72 m	9,14 m	14,02 m
110 m	M50, M55	0,914 m	10	13,72 m	9,14 m	14,02 m
110 m	MJB	0,914 m	10	13,72 m	8,90 m	16,18 m
100 m	Frauen, W30, W35,	0,840 m	10	13,00 m	8,50 m	10,50 m
100 m	WJA, M60, M65	0,840 m	10	13,00 m	8,50 m	10,50 m
100 m	WJB	0,762 m	10	13,00 m	8,50 m	10,50 m
80 m	Schüler M14/15	0,840 m	7	13,50 m	8,60 m	14,90 m
80 m	Schülerinnen W14/15	0,762 m	8	12,00 m	8,00 m	12,00 m
60 m	Schüler M12/13	0,762 m	6	11,50 m	7,50m	11,00 m
60 m	Schülerinnen W12/13	0,762 m	6	11,50 m	7,50m	11,00 m
400 m	Männer, MJA	0,914 m	10	45,00 m	35,00 m	40,00 m
400 m	Frauen, WJA	0,762 m	10	45,00 m	35,00 m	40,00 m
400m	MJB	0,840 m	7	50,00 m	35,00 m	40,00 m
400 m	WJB	0,762 m	7	50,00 m	35,00 m	40,00 m

Bezirksmeisterschaften Crosslauf

Sonntag, 31. Januar 2010 in Lingen (Ems)

Veranstaltungsnummer: 10/07/7722/03/18

<u>Veranstalter:</u>	NLV-Bezirk Weser-Ems und Region OS/EL/Bentheim
<u>Ausrichter:</u>	VfL Lingen
<u>Ort:</u>	Lingen-Darme, Waldgelände hinter der Friedensschule, Kiesbergstraße 80 – Anfahrt: siehe www.vfl-lingen.de
<u>Stellplatzzeit:</u>	15 Minuten vor dem Start am Start
<u>Zeitplan:</u>	<p>11.15 Uhr: <u>Mittelstrecke Männer/Frauen/Senioren/innen (BM)</u> (2900 m – 2 mittlere Runden)</p> <p>12.00 Uhr: <u>Schülerinnen und Schüler A (BM)</u> (2600 m – 3 kleine Runden)</p> <p>12.20 Uhr: <u>männliche und weibliche Jugend A und B (BM)</u> (2900 m – 2 mittlere Runden)</p> <p>12.40 Uhr: <u>Langstrecke Männer/Frauen/Senioren/innen (BM)</u> (9300m – 3 große Runden)</p>
<u>Mannschaftswertung:</u>	
Schüler/innen, Jugend A/B	: pro Klasse
Männer, Senioren	: 2 Wertungen
	a) Durchlaufwertung alle Klassen
	b) zusätzlich: M 30/35, M 40/45, M 50/55, M 60 und älter
Frauen, Seniorinnen	: eine Wertung: Durchlaufwertung alle Klassen
<u>Meldelisten:</u>	sind nach Eingang der Meldungen unter www.vfl-lingen.de einzusehen. Evtl. Fehler bitte der Meldestelle mitteilen!

Meldungen Nr. bis 27. Januar 2010 an:
 Axel Hecht, Zum Neuen Hafen 14, 49808 Lingen (Ems)
 Fax: 0941 5992 53561; E-Mail: a.hecht@kabelmail.de (Neu !)
 oder über www.vfl-lingen.de – möglichst mit Vereins-und Athleten –Nr. !

RM Waldlauf (Crosslauf) der SeniorenInnen und SchülerInnen

- Ausrichter:** LG Uplengen
Datum: 6.3.2010
Beginn: 14.30 Uhr
Ort: Hollsand
Strecke: Die Strecke führt über Waldwege . Es kann in Spikes gelaufen werden.
Meldungen bis: 28.02.2010
Meldungen an: Reinhard Knoop
 Buchenweg 3 26835 Holtland
 Tel./Fax: 04959 – 2934-805163
- Auszeichnungen:** Urkunden erhalten die ersten Drei eines jeden Laufs aufgeteilt nach Altersklassen und Jahrgängen.
- Hinweis:** Nach- und Ummeldungen werden grundsätzlich nicht angenommen!
 Der Veranstalter übernimmt keine Haftung bei Unfall, Diebstahl oder sonstigen Schäden.
 Das Mitlaufen oder Nebenherlaufen ist nicht erlaubt und führt zur Disqualifikation!
 Durchführung der Veranstaltung nach IWR und gemäß Satzung und Ordnung des DLV

Zeitplan:

Startzeit	Laufklasse		Runde	Länge ca.
14.30 Uhr	<i>Männer-Mittelstrecke</i>		1xblau1 xgrün	3800 m
14.40 Uhr	Schüler D M 9/8 und jünger		1 x blau	1450 m
14:45 Uhr	Schülerinnen D W 9/8 und jünger		1xblau	1450 m
14.55 Uhr	Schüler C - M10 und M11		1xblau	1450 m
15.05 Uhr	Schülerinnen C - W10 und W11		1 x blau	1450 m
15.15 Uhr	<i>Schüler BM12/13</i>		1xgrün	2350 m
15.20Uhr	<i>Schülerinnen B W12/13</i>		1xgrün	2350 m
15.30 Uhr	<i>Schüler A M14/15</i>		1xblau1 xgrün	3800 m
15.30 Uhr	<i>Schülerinnen A W14/15</i>		2xblau	2900 m
15.45 Uhr	W.Jgd A/B m.Jgd B		1xblau1 xgrün	3800 m
16.00 Uhr	<i>m. Jgd. A</i>		2xgrün	4700 m
16.00 Uhr	Frauen, Altersklassen		3xgrün	7000 m
16.00 Uhr	Männer Altersklassen		3xgrün	7000m

- Hinweise:** Umkleide- und Duscmöglichkeiten bestehen nicht.
 Alle Läufe werden als Einzel- und Mannschaftswettbewerbe durchgeführt. Mannschaftswertungen: M30 – M45, M 50/älter und W 30/35 und 40/älter.

BM Hammerwurf der Männer/Frauen, Jugend und SchülerInnen A

Ausrichter: Blexer TB
Datum: 17.04.2010
Beginn: 14:00 Uhr . Ein genauer Zeitplan wird nach Eingang der Meldungen erstellt
Ort: Nordenham –Blexen Sportzentrum Nord-Am Luisenhof
Meldung bis: 13.04.2010
Meldungen an: Ernst Bielefeld Raiffeisenstraße 60 26919 Brake
Tel.04401/81040 Fax :04401/982485
Mail:ernst.bielefeld@ewetel.net

Wettbewerbe:

Männer: Hammerwurf
Frauen: Hammerwurf
mJA: Hammerwurf
wJA: Hammerwurf
mJB: Hammerwurf
wJB: Hammerwurf
M 14/15: Hammerwurf
W 14/15: Hammerwurf

Rahmenwettbewerbe:

Hammerwurf für Senioren/innen ab M/W 50

Anfahrt: B212 Richtung Blexen bis Ampelkreuzung Blexen-Einswarden, nach rechts Richtung Einswarden,nach ca. 300 m rechts Am LUisenhof

BM Mehrkampf (im Rahmen des Mehrkampfcups 2008)

Ausrichter: OTB Osnabrück
Datum: 01./02.05.2010
Beginn: Samstag: 11:00 Uhr
Sonntag: 10:00 Uhr
Der genaue Zeitplan wird nach Eingang der Meldungen erstellt.siehe unter www.otb.de , ebenfalls Meldeliste

Ort: Illoshöhe Osnabrück
Meldungen bis: 24.04.2010
Meldungen an: Norbert Kirk
Hofbreede 138
49078 Osnabrück
Tel.: 0541 - 442403
Fax: 0541 - 3149311,
e-mail: norbert.kirk@onlinehome.de

Wettbewerbe:

Männer/Ju: Zehnkampf
(100m, Weit, Kugel, Hoch, 400m -
110mH, Diskus, Stab, Speer, 1500m)
Frauen/Juni: Siebenkampf
(100mH, Hoch, Kugel, 200m - Weit, Speer, 800m)
mJA/ mJB: Fünf/Zehnkampf
(100m, Weit, Kugel, Hoch, 400m
110mH, Diskus, Stab, Speer, 1500m)
wJA / wJB: Vier/Siebenkampf
(100mH, Hoch, Kugel, 200m - Weit, Speer, 800m)
M 14/15: Vier/Achtkampf
(100m, Weit, Hoch, Kugel - Diskus, Stab, Speer, 1000m)
W 14/15: Vier/Siebenkampf
(100m, Hoch, Kugel, 100mH - Weit, Speer, 800m)

Mannschaftswertung in allen Klassen

Vierkampf nicht als Meisterschaft, Pflicht zur KaRi-Stellung

BM DSMM der SchülerInnen A-C M/W 10-15

Ausrichter:	NLV Kreis Wilhelmshaven
Datum:	08.05.2010
Beginn:	13:00 Uhr
Ort:	Marinestadion an der Freiligrathstraße (Kunststoffanlage 6mm)
Meldungen bis:	03.05.2010
Meldungen an:	Jörg Herrmann Kulmer Straße 27 26388 Wilhelmshaven Tel.: 0 44 21 - 5 49 15 Fax: 0 44 21 - 99 51 35 e-mail: klv-whv@web.de
Startgeld:	Schüler/innen A Gruppe 1: 30 €; Gruppe 2 + 3: 25 €; Gruppe 4: 20 € Schüler/innen B Gruppe 1: 25 €; Gruppe 2: 20 € Schüler/innen C Gruppe 1 + 2: 20 €
Wertung:	je Wettbewerb 2 Teilnehmer(innen) und 1 Staffel
Beschränkung:	je Wettkämpfer 3 Disziplinen einschließlich Staffel
Versuche:	4 Versuche beim Weitsprung, Stoß- und Wurf
Wettbewerbe:	Gruppe 1: 100m, Stab, Diskus, Weit, 1000m, 80mH, Kugel, Hochspeer, 4x100m
M 14/15:	Gruppe 2: 100m, 1000m, 80mH, Hochsprung, Weitsprung, Kugelstoß, Ballwurf, 4 x 100m Gruppe 3: 100m, 1000m, Weitsprung, Kugelstoß, Ballwurf, 4 x 100m Gruppe 4: 100m, Weitsprung, Kugelstoß, 4 x 100m
W 14/15:	Gruppe 1: 100m, 800m, 80m H, Hochsprung, Weitsprung, Kugelstoß, Diskuswurf, Speerwurf, 4 x 100m Gruppe 2: 100m, 800m, 80m H, Hochsprung, Weitsprung, Kugelstoß, Ballwurf, 4x 100m Gruppe 3: 100m, 800m, Weitsprung, Kugelstoß, Ballwurf Gruppe 4: 100m, Weitsprung, Kugelstoß, 4 x 100m
M 12/13:	Gruppe 1: 75m, 1000m, 60m H, Hochsprung, Weitsprung, Ballwurf, 4x 75m Gruppe 2: 75m, Weitsprung, Ballwurf, 4 x 75m
W 12/13:	Gruppe 1: 75m, 800m, 60m H, Hochsprung, Weitsprung, Ballwurf (80g), 4x50m Gruppe 2: 75m, Weitsprung, Ballwurf (80g), 4 x 75m
M 10/11:	Gruppe 1: 50m, 1000m, Hochsprung, Weitsprung, Ballwurf (80g), 4 x 50m
W 10/11:	Gruppe 2: 50m, Weitsprung, Ballwurf (80g), 4 x 50m Gruppe 1: 50m, 800m, Hochsprung, Weitsprung, Ballwurf (80g), 4x 50m Gruppe 2: 50m, Weitsprung, Ballwurf (80g), 4 x 50m

Zeitplan DSMM am 08.05.2010 in Wilhelmshaven

Zeit	Lauf	Weit	Hoch	Kugel	Ball
13:00	4x50m - W10/11			W 14/15	
13:20	4x50m - M10/11			M 14/15	
13:40	4x75m - W12/13	W 10/11			
14:00	4x75m - M12/13	M 10/11			
14:20	4x100m - W14/15		W 12/13		
14:30	4x100m - M14/15		M 12/13		
14:40	50 m - W10/11				
15:00	50 m - M10/11	W 14/15	W 10/11		
15:20	75 m - W12/13	M 14/15	M 10/11		
15:40	75 m - M12/13				W 10/11
16:00	100 m - W14/15	W 12/13			M 10/11
16:15	100 m - M14/15	M 12/13			
16:30	60m Hü - W12/13				W 14/15
16:40	60m Hü - M12/13				M 14/15
16:50	80m Hü - W14/15				
17:00	80m Hü - M14/15		W 14/15		W 12/13
17:10	800 m - W10/11		M 14/15		M 12/13
17:20	800 m - W12/13				
17:30	800 m - W14/15				
17:40	1000 m - M10/11				
17:50	1000 m - M12/13				
18:00	1000 m - M14/15				

Änderungen nach Eingang der Meldungen vorbehalten.

Pünktliche und „ordentliche“ Meldungen, möglichst auf DLV-Vordruck, sowie **mit** Vereins- und Athleten- Nr., erleichtern den Ausrichtern die Arbeit !

Ergebnislisten pünktlich an den Statistiker geben!

RM im Blockmehrkampf der SchülerInnen A+B M/W 12-15

Ausrichter: VfL Germania Leer
Datum: 13.05.2010
Beginn: 14.00 Uhr
Ort: Leer, Sportplatz am Pastorenkamp (Friesenschule)
Meldungen bis: 06.05.2010
Meldungen an: **Reinhard Knoop Buchenweg 3 26835 Holtland**
 Tel.04950-2934 Fax 04950-805163
Wettbewerbe:

M 14/15: Block S/S: 100m, 80mH, Weit, Hoch, Speerwurf (600g)
 Block L: 100m, 80m Hürden, Weit, 2000m, Ballwurf (200g)
 Block W: 100m, 80m Hürden, Weit, Kugelstoß (4 kg),
 Diskuswurf (1 kg)
W 14/15: Block S/S: 100m, 80m Hürden, Weit, Hoch, Speerwurf (600g)
 Block L: 100m, 80m Hürden, Weit, 2000m, Ballwurf (200g)
 Block W: 100m, 80m Hürden, Weit, Kugelstoß (3kg),
 Diskuswurf (1 kg)
M 12/13: Block S/S: 75m, 60 m Hürden, Weit, Hoch, Ballwurf (200g)
 Block L: 75m, 60 m Hürden, Weit, 1000m, Ballwurf (200g)
 Block W: 75m, 60 m Hürden, Weit, Kugelstoß (3 kg),
 Diskuswurf (750 g)
W 12/13: Block S/S: 75m, 60 m Hürden, Weit, Hoch, Schlagball (80 g)
 Block L: 75m, 60 m Hürden, Weit, 800m, Schlagball (80 g)
 Block W: 75m, 60 m Hürden, Weit, Kugelstoß (3 kg),
 Diskuswurf (750 g)

Zeit	Block	M 15/14	W 15/14	M 13/12	W 13/12
13:30	Kampfrichterbesprechung				
	S/S	80 mH	Speer	Hoch 1	Hoch 2
14.00	L	80 mH	80 mH	Weit 1	Weit 2
	W	80 mH	80 mH	Weit 1	Weit 2
	S/S	Speer	80 mH		
14.30	L	Ball	Ball		
	W	Kugel	Kugel		
	S/S	Hoch 2	Hoch 1	60 mH	60 mH
15.00	L	Weit 1	Weit 1	60 mH	60 mH
	W	100 m	100 m	60 mH	60 mH
	S/S			Weit 1	Weit 1
15.30	L	100 m	100 m	Ball	S.ball
	W	Diskus	Diskus	Kugel	Kugel
	S/S	100 m	100 m	75 m	75 m
16.00	L			75 m	75 m
	W	Weit 1	Weit 1	75 m	75 m
16.30	S/S	Weit 2	Weit 1	Ball	S.ball
	L	2000 m	2000 m	1000 m	800 m
	W			Diskus	Diskus

Der endgültige Zeitplan wird nach Eingang der Meldungen erstellt.

RM SchülerInnen A M/W 14/15 und m.Jugend A/B / w.Jugend A/B

Ausrichter: MTV Aurich

Datum: Freitag, 28. Mai 2010

Ort: Aurich – Stadion Ellernfeld

Meldungen bis: 25. Mai 2010

Meldungen an: Ingo Kaun

Meedlandsreihe 34

26605 Aurich

Tel. 04941-982943

e-mail: ingo.kaun@ewetel.net

Wettbewerbe:

 männliche und weibliche Jugend A/B : 4 x 100m, 100m, 400m, Weitsprung,
Hochsprung, 800m

 M 14/15 : 4 x 100m, 100m, 80m-Hürden (ZE), Kugel, Speer, Diskus, Weitsprung
Hochsprung, 1000m

 W 14/15 : 4 x 100m, 100m, 80m-Hürden (ZE), Kugel, Speer, Diskus, Weitsprung
Hochsprung, 800m

15:40 Kampfrichterbesprechung vor dem Wettkampfbüro						
Uhrzeit	MJ A/B	WJ A/B	M 15	M 14	W 15	W 14
16:00	4 x 100m		4 x 100 m			
16:10		4 x 100m			4 x 100 m	
16:15	Weit 1		Hoch 1	Hoch 2		
16:20		Weit 2				80m Hü
16:25					80m Hü	
16:30			80m Hü		Diskus	Diskus
16:35				80m Hü		
17:00	Hoch 1	Hoch 2	Kugel	Speer	Weit 1	Weit 2
17:30	100m V	100m V	Speer	Kugel		
17:40			100m V	100m V		
17:50					100m V	100m V
18:00			Weit 1	Weit 2		
18:10	100m E	100m E			Hoch 1	Hoch 2
18:30						
18:40			100m E	100m E		
18:50					100m E	100m E
19:00	400m		Diskus	Diskus	Kugel	Speer
19:10		400m				
19:20			1000m	1000m		
19:25					800m	800m
19:30	800m	800m			Speer	Kugel

Zeitplanänderungen nach Eingang der Meldungen möglich. Kampfrichtermeldungen mit Nennung der Wettkampfstätte, ansonsten erfolgt Zuordnung durch den Veranstalter.

Bezirksmeisterschaften - Einzel Männer, Frauen, Jugend A und B

Sonntag, 30. Mai 2010 in Wilhelmshaven

Veranstaltungsnummer: 007/6900/309

Veranstalter: NLV-Bezirk Weser-Ems

Ausrichter: NLV- Kreis Wilhelmshaven

Beginn: 10.00 Uhr

Ort: Stadion an der Freiligrathstraße

Wettbewerbe: Männer: 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 5000 m,
110 m H., 4x100 m, Weit, Hoch, Kugel, Diskus, Speer.

Frauen: 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 5000 m,
100 m H., 4x100 m, Weit, Hoch, Kugel, Diskus, Speer.

MJA: 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 5000 m,
110 m H., 4x100 m, Weit, Hoch, Kugel, Diskus, Speer.

WJA: 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 5000 m,
100 m H., 4x100 m, Weit, Hoch, Kugel, Diskus, Speer.

MJB: 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 110 m H.,
4x 100m, Weit, Hoch, Kugel, Diskus, Speer.

WJB: 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 100 m H.,
4x100 m, Weit, Hoch, Kugel, Diskus, Speer.

**Langhürden, Stabhoch-, Dreisprung und Langstaffeln am 27.08. in
Papenburg**

Hindernis am 24.08. in Papenburg

Meldungen bis zum 24. Mai 2010 an

Jörg Herrmann, Kulmer Straße 27, 26388 Wilhelmshaven
☎: 04421-54915, Fax: 04421-995135, E-Mail: klv-whv@web.de
<http://www.lg-wilhelmshaven.de>

Zeitplan Weser-Ems Bezirksmeisterschaften am 30.05.2010 in Wilhelmshaven

Zeit:	Männer	MJA	MJB	Frauen	WJA	WJB
10:00	110 m H ZE		Weit	Hoch Diskus	Hoch Diskus	Kugel
10:05		110 m H ZE				
10:15			110 m H ZE			
10:25				100 m H ZE	100 m H ZE	
10:35						100 m H ZE
10:55	100 m VL					
11:10	Hoch	100 m VL		Speer	Speer	Diskus
11:25		Weit	100 m VL			
11:45				100 m VL		
11:55					100 m VL	
12:05				Kugel	Kugel	100 m VL
12:25	400 m ZE	Diskus				
12:30	Weit	400 m ZE				Speer
12:35		Hoch	400 m ZE			
12:45				400 m ZE	400 m ZE	
12:50						400 m ZE
13:05	100 m E					
13:10		100 m E				
13:15			100 m E			
13:20			Kugel	100 m E		
13:25					100 m E	
13:30						100 m E
13:40	Speer		Hoch			Weit
13:45	1500 m E	1500 m E				
13:55			1500 m E			
14:05				1500 m E	1500 m E	1500 m E
14:20	200 m ZE					
14:30		200 m ZE				
14:40			200 m ZE			
14:55				200 m ZE		
15:00	Kugel	Speer	Diskus		200 m ZE	Hoch
15:05						200 m ZE
15:25	800 m E			Weit		
15:35		800 m E	800 m E			
15:45				800 m E	800 m E	
15:55						800 m E
16:05	4x100 m ZE					
16:15	Diskus	Kugel 4 x 100 m ZE	Speer 4x100 m ZE		Weit	
16:25				4x100 m ZE	4x100 m ZE	
16:35						4x100 m ZE
16:45	5000 m E	5000 m E		5000 m E	5000 m E	

Änderungen nach Eingang der Meldungen vorbehalten.

RM Einzel der SchülerInnen B M/W 12/13

Ausrichter: Germania Leer
Datum: 05.06.2010
Ort: Pastorenkamp ,Leer
Meldungen bis: 31.5.20106.
Meldungen an: **Reinhard Knoop Buchenweg 3 26835 Holtland**
 Tel. 04950-2934 Fax 04950-805163

Wettbewerbe:

M 12/13 75m, 1000m, 60m Hürden, 4x75m, Weitsprung, Diskus
 Hochsprung (AH 1,15m), Kugelstoß, Speerwurf
W 12/13 75m, 800m, 60m Hürden, 4x75m, Weitsprung, Diskus
 Hochsprung (AH 1,10m), Kugelstoß, Speerwurf

Zeitplan:

Uhrzeit	W 12	W13	M 12	M 13
14:00	60 m Hü.		Hoch 2	Weit 2
14:15	Hoch 1	60 m Hü.	Kugel	Kugel
14:30		Weit 1	60 m Hü.	
14:45	Speer			60 m Hü
15:00		Kugel	Weit 2	
15:15	75 m V			
15:30		75 m V		Hoch 2
15:45	Weit 1	Speer	75 m V	
16:00		Hoch 1		75 m V
16:15				
16:30	Kugel			
16:45				
17:00			Speer	Speer
17:15	75 m E	75 m E	75 m E	75 m E
17:30				
17:45	4 x 75 m Staffel		4 x 75 m Staffel	
18:00	Diskus	Diskus	Diskus	Diskus
18:15	800 m			
18:30			1000 m	

Änderungen des Zeitplans vorbehalten.
 Bitte am Wettkampftag auf Änderungen achten,

RM Einzel Schüler-/innen C am 06.06.2010

Ausrichter: SV Warsingsfehn

Datum: 06.06.2010

Ort: Warsingsfehn, Sportplatz im Sportzentrum

Beginn: 10.30 Uhr

Meldungen an: Rolf Steinke
Hoheellernweg 23
26789 Leer
Telefon/Fax: 0491/12021
Email: rolfhsteinke@aol.com

Meldungen bis: 01.06.2010

Wettbewerbe M 10/11: 50 m, 1.000 m, Weitsprung, Hochsprung, Schlagball 80 g, 4 x 50 m
Staffel

W 10/11: 50 m, 800 m, Weitsprung, Hochsprung, Schlagball 80 g, 4 x 50 m
Staffel

Teilnehmerliste und Ergebnisliste: siehe Homepage SVW (www.sv-warsingsfehn.de)

Zeitplan:

<i>Uhrzeit</i>	<i>M11</i>	<i>M10</i>	<i>W11</i>	<i>W10</i>
09.30	Kampfrichterbesprechung			
10.00			4 x 50 m Staffel	
10.15	4 x 50 m Staffel			
10.20			Ball I	Ball II
10.30	Hoch	Hoch		
10.50			50 m VL	50 m VL
11.30			Weit I	Weit II
12.00	50 m VL	50 m VL		
12.15	Ball I	Ball II		
12.45			50 m EL	50 m EL
13.00	50 m EL	50 m EL	Hoch	Hoch
13.15	Weit I	Weit II		
14.00			800 m	800 m
14.15	1.000 m	1.000 m		

Änderungen vorbehalten!

RM Dreikampf SchülerInnen D M/W 9/8 u. jünger

Ausrichter: Fortuna Wirdum
Datum: 18.06.2010 (Freitag)
Beginn: 17:00 Uhr (Dreikämpfe)
Ort: Moorhusen – Schulsportanlage am Hundert-Diemat-Weg
Anfahrt: über Marienhaf, Rechtsupweg nach Moorhusen, Abzweig Berumerfehn
 o d e r
 über Moordorf Richtung Marienhaf nach Moorhusen, Abzweig Berumerfehn, dann Ausschilderung „Schulsportanlage“ beachten
Meldungen bis: 11.06.2010
Meldungen an: Bernd Giesselmann
 Dahlienstr. 36
 26532 Großheide
 Tel. 04936 - 1012
 e-mail: bernd.giesselmann@web.de
Wettbewerbe: Dreikampf (50 m, Weitsprung, Schlagball) M/W 9/8jü
 Kampfrichter : sind laut Ausschreibungsbestimmungen mit der Meldung anzugeben!

RM Halbmarathon der Männer/Frauen

Ausrichter: SC Dunum
Datum: 27.06.2010
Start: 15:00 Uhr (alle Klassen)
Meldungen bis: 20.06.2010 (Posteingang)
Meldungen an: Herma Braams
 Utgaster Str. 50a
 26427 Holtgast-Utgast
 Tel.: 04971 - 2765

Die Meldungen haben über die Vereine zu erfolgen!

Wettbewerbe:
 Männer, Frauen, Senioren, Seniorinnen: Halbmarathon

Hinweis:
 Einzel- und Mannschaftswertungen erfolgen nach den Bestimmungen des DLV.
 Der Gesamtsieger bzw. die Gesamtsiegerin ist Ostfrieslandmeister/in. Es erfolgt **eine**
Durchlauf- und eine Altersklassen-, aber keine zus. Hauptklassenwertung statt.

RM und Bestenkämpfe Langstecke inkl. 10.000 m

Ausrichter: SV Warsingsfehn
Datum: 10.08.2010
Ort: Warsingsfehn, Sportplatz im Sportzentrum
Meldungen an: Rolf Steinke
 Hoheellernweg 23
 26789 Leer
 Telefon/Fax 0491/12021
 e-mail: rolfhsteinke@aol.com
Meldungen bis: 08.08.2010
Hinweis: Bei einer zu hohen Teilnehmerzahl werden zwei Läufe gestartet.
 Unbedingt Laufzeiten mit angeben. Bei Nichtangabe der Zeit wird
 gegebenenfalls der/die Läufer/Läuferin in den zweiten Lauf gesetzt.
Startnummern: Sind auf der Brust zu tragen. Nach dem Lauf bitte wieder abgeben.
 Bei den Schülerläufen werden zusätzlich für den älteren Jahrgang
 Kärtchen ausgegeben, die auf dem Rücken zu befestigen sind

Zeitplan/Wettbewerbe

17.30 Uhr	Schülerinnen W 10/11	2.000 m
17.45 Uhr	Schülerinnen W 12/13	2.000 m
18.00 Uhr	Schülerinnen W 14/15	2.000 m
18.15 Uhr	Schüler M 10/11	2.000 m
18.30 Uhr	Schüler M 12/13	2.000 m
18.45 Uhr	Schüler M 14/15	3.000 m
19.00 Uhr	MJB und WJB	3.000 m
19.15 Uhr	MJA und WJA	5.000 m
19.45 Uhr	Männer/Frauen/Senioren/Seniorinnen	10.000 m

Änderungen vorbehalten!

BM Senioren in Delmenhorst

Ausrichter: Eintracht Delmenhorst
Datum: 15.08.2010
Beginn: 10:00 Uhr
Ort: Delmenhorst
Meldungen bis: 10.08.2010
Meldungen an: Gudrun Wiemer
 Rückertweg 71
 27753 Delmenhorst
 Tel./Fax: 04221-50531
 e-Mail: gud.wie@freenet.de
Hinweis: Bei Mittel- und Langstrecken Bestzeiten angeben.

Wettbewerbe:

M 30 und älter 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 4x 100m, Hoch, Weit,
 Stabhoch, Kugel, Diskus, Speer, Hammer
W 30 und älter 100m, 200m, 800m, 5000m, 4x 100m, Hoch, Weit, Stabhoch,
 Kugel, Diskus, Speer, Hammer

Zeitplan:alt – .aus Mail neu einbauen!!!!!!!

Zeit	M30/35	M40/45	M50/55	M60 u.ä.	W30/35	W40/45	W50/55	W60/65
10:00	Diskus Stabhoch	Diskus Stabhoch	5000 m Kugel I Stabhoch	5000 m Kugel II Stabhoch	5000 m Speer Stabhoch	5000 m Speer Stabhoch	5000 m Speer Stabhoch	5000 m Speer Stabhoch
10:30	5000 m	5000 m						
10:45				Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch
11:00	Speer	Speer						
11:30	400 m	400 m	400 m	400 m				
11:45				Diskus M65 u.ä.	100 m	100 m	100 m	100 m
12:00				Weit II	Weit I	Weit I	Weit I	Weit I
12:15	Hoch	Hoch	Hoch					
12:30	Kugel I	Kugel II		100 m				
12:35			100 m					
12:45		100 m	Diskus	Speer				
12:50	100 m							
13:15					Kugel 200 m	Kugel 200 m	Kugel 200 m	Kugel 200 m
13:30	Hammer	Hammer						
13:45	200 m		Speer	Diskus M 60				
13:50		200 m						
13:55			200 m					
14:00	Weit I	Weit II		200 m	Hammer	Hammer	Hammer	Hammer
14:10					Diskus 800 m	Diskus 800 m	Diskus 800 m	Diskus 800 m
14:15								
14:25	800 m	800 m	800 m	800 m				
14:30			Weit I+II Hammer	Hammer	4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 100 m
14:45	4 x100 m	4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 100 m				
15:00	1500m	1500 m	1500 m	1500 m				

Zeitplanänderungen vorbehalten

Für Mittelstrecken zur Aufteilung in A- und B-Läufe bitte Bestleistung angeben.
Alle Kugelstoßwettbewerbe finden auf der Außenanlage (I + II) statt.

Wir bitten, die teilnehmenden Vereine, uns namentlich die Kampfrichter und Helfer zu benennen.

RM Drei- und Vierkampf der SchülerInnen C M/W 10/11

Ausrichter: TV Norden
Datum: 21.08.2010
Ort: Wildbahn Norden
Meldungen bis: 14.08.2010
Meldungen an: Edzard Alberding
 Domänenweg 4
 26506 Norden
 Tel.: 04931 – 14440
 Fax: 04931 – 919281
 e-mail: familie.alberding@yahoo.de

BM , Langhürden, Stabhochsprung Langstaffeln und Dreisprung

Ausrichter: LG Papenburg-Aschendorf
Datum: 27.08.2010
Beginn: 18:00 Uhr
Ort: Papenburg – Waldstadion
Meldungen bis: 23. August 2010 (möglichst mit Vereins-und Athleten-Nr.)
Meldungen an: Hermann Meyer
 Aschendorfer Dever 1
 26871 Papenburg
 Tel./Fax: 04961 – 67878
 e-mail: meyer-bunger@web.de
Stellplatzzeit: 45 Minuten vor dem Start.
Hinweis: Die Disziplinen finden im Rahmen des 18. offenen
 Abendsportfestes der LG Papenburg-Aschendorf statt.
 Für die 300/400m Hürden bitte Bestzeiten angeben !

Wettbewerbe Zeitplan :

Zeit	Männer	M.Jgd.A	M.Jgd.B	Schü A	Schü B	Frauen	W.Jgd.A	W.Jgd.B	Schi A	Schi B
18.00	3-Spr.	3-Spr.	3-Spr.	3-Spr.	Hoch	Stabh.	Stabh.	Stabh.	Stabh. 300m H.	
18.10				300m H.						
18.20						400m H.	400m H.	400m H.		
18.30	400m H.	400m H.	400m H.							
18.40								3-Spr.	3-Spr. 3 x 800m	3 x 800
18.55	Stabh.	Stabh.	Stabh.	Stabh.		3 x 800	3 x 800 m	3 x 800 m		Hoch
19.10				3 x1000	3 x1000					
19.25	3 x1000	3 x1000	3 x1000			3-Spr.	3-Spr.			
19.40						4 x 400	4 x 400	4 x 400		
19.50	4 x 400	4 x 400	4 x 400							

* Einspringen Stabhochsprung weibl. ab 17.15 / Ende : 18 00 Uhr = Wettkampfbeginn !!

Bezirksmeisterschaft Hindernislauf

im Rahmen des 20. Flutlicht-Abendsportfestes
der LG Papenburg-Aschendorf

Freitag, 24. September 2010 in Papenburg

Veranstaltungsnummer: 10/07/7740/04/11

Veranstalter: NLV-Bezirk Weser-Ems & NLV Region Os/EI/Grafschaft

Ausrichter: LG Papenburg-Aschendorf

Ort: Waldstadion Papenburg

Meldeschluss: Montag, 20.09. (Eingang)

Stellplatzzeit: 45 Minuten vor dem Start

Hinweis: Die Meisterschaften finden im Rahmen eines offenen Abendsportfestes der LG Papenburg-Aschendorf statt. Programm dazu unter www.lg-papenburg-aschendorf.de oder bei u.a. email adresse anfordern !

Wettbewerbe und vorläufiger Zeitplan :

20.15 Uhr : 2000 m Hindernis männliche Jugend A und B

20.25 Uhr : 1.500 m Hindernis weibl. Jugend B

20.35 Uhr : 2.000 m Hindernis weibl. Jugend A

20.50 Uhr : 3.000 m Hindernis Frauen

21.05 Uhr : 3.000 m Hindernis

Läufe, für die bis zum Meldeschluss keine Meldungen eingehen, werden aus dem Programm genommen ! Dann werden auch keine Nachmeldungen angenommen ! In dem Fall können nachfolgende Läufe früher gestartet werden. Infos unter www.lg-papenburg-aschendorf.de beachten.

**Meldungen bis zum 20.09.2010 (möglichst mit Vereins-und Athleten-Nr.) an :
Hermann Meyer, Aschendorfer Dever 1, 26871 Papenburg
Fax: 04961-67845, E-Mail: meyer-bunger@web.de**

RM SchülerInnen A/B M/W 12/13/14/15 Drei- und Vierkampf

Ausrichter: MTV Aurich
Datum: Sonnabend, 25. September 2010
Ort: Aurich – Stadion Ellernfeld
Meldungen bis: 21. September 2010
Meldungen an: Ingo Kaun
Meedlandsreihe 34
26605 Aurich
Tel. 04941-982943
e-mail: ingo.kaun@ewetel.net

Wettbewerbe:

SchülerInnen A W/M 14/15 : Vierkampf
SchülerInnen B W/M 12/13 : Drei- und Vierkampf

Wettkampfbeginn:

15.30 Uhr Schüler A Hochsprung, Weitsprung, 100m, Kugel
15.30 Uhr Schülerinnen A 100m, Kugel, Hochsprung, Weitsprung
15.30 Uhr Schülerinnen B Weitsprung, 75 m, Ballwurf, Hochsprung
15.30 Uhr Schüler B Ballwurf, Hochsprung, Weitsprung, 75 m

Zeitplanänderungen nach Eingang der Meldungen möglich. Kampfrichtermeldungen mit Nennung der Wettkampfstätte, ansonsten erfolgt Zuordnung durch den Veranstalter.

Hallenmeisterschaften 2011

Vermerk:

Ausschreibung für OM Halle 2011 erfolgt nach Auswertung der diesjährigen Veranstaltung.

Aufgrund veränderter Rahmenbedingungen sind erhebliche Veränderungen zu erwarten. Eine Ausschreibung erfolgt im Herbst 2010.