

Westf. Hallenmeisterschaften 2010		
16.01.2010	Dortmund, Helmut-Körnig-Halle, Strobelallee	
Meldeschluss:	04.01.2010	Meldung einfach

Wettbewerbe und Mindestleistungen				
	Männer		Frauen	
Wettbewerb	A-Norm	B-Norm	A-Norm	B-Norm
60 m	7,30 11,30 (100 m)	7,50 11,50 (100 m)	8,30 13,10 (100 m)	8,50 13,30 (100 m)
200 m	23,10	23,50	27,10	27,50
400 m	51,30	51,70	63,70	64,70
800 m	1:57,70	1:59,20	2:26,20	2:28,20
1500 m	4:05,20	4:10,20	5:20,20	5:30,20
3000 m	8:55,20	9:00,20		
60 m H	9,10 16,80 (110 m)	9,30 17,00 (110 m)	9,50 16,90 (100 m)	9,70 17,10 (100 m)
4x200 m	ohne Qualifikation		ohne Qualifikation	
4x400 m	ohne Qualifikation			
3x1000 m	ohne Qualifikation			
Hoch	1,92	1,88	1,60	1,56
Stab	4,10	3,90	Anfangshöhe: 2,00	
Weit	6,70	6,60	5,40	5,20
Drei	13,00	12,50	10,50	10,20
Kugel	13,00	12,70	11,00	10,50
Wettbewerb	männliche Jugend B		weibliche Jugend B	
	A-Norm	B-Norm	A-Norm	B-Norm
60 m	7,80 11,70 (100 m)	8,00 11,90 (100 m)	8,20 13,20 (100 m)	8,40 13,40 (100 m)
200 m	24,60 39,20 (300 m)	25,10 39,60 (300 m)	27,50 43,40 (300 m)	28,00 43,70 (300 m)
400 m	55,20 41,20 (300 m)	56,20 42,00 (300 m)	65,20 45,20 (300 m)	66,20 46,20 (300 m)
800 m	2:09,20 2:50,20(1000m)	2:15,20 2:55,20(1000m)	2:26,20	2:30,20
1500 m	4:36,20 2:50,20(1000m) 6:45,20(2000m)	4:50,20 2:55,20(1000m) 6:50,20(2000m)	5:30,20 2:26,20 (800m)	5:35,20 2:30,20 (800m)
60 m H	9,90 13,40 (80mH) 17,50 (110mH)	10,20 13,60 (80mH) 17,70 (110mH)	10,10 13,60 (80mH) 16,80 (100mH)	10,30 13,80 (80mH) 17,00 (100mH)
4x200 m	ohne Qualifikation		ohne Qualifikation	
Hoch	1,78	1,74	1,58	1,54
Stab	3,00	2,80	Anfangshöhe: 2,00	
Weit	6,00	5,70	5,10	4,90
Drei	11,70	11,00	ohne Qualifikation	
Kugel	12,50 13,50 (4 kg)	12,30 13,30 (4 kg)	10,00 11,60 (3 kg)	9,70 11,40 (3 kg)

Sprunghöhen			
Männer	Hoch	1,83 – 1,98 je 5 cm	weiter je 3 cm
	Stabhoch	3,70 – 4,30 je 20 cm 4,40 – 5,10 je 10 cm	weiter je 5 cm
Frauen	Hoch	1,52 – 1,62 je 5 cm	weiter je 3 cm
	Stabhoch	2,00 – 2,60 je 20 cm 2,70 – 3,30 je 10 cm	weiter je 5 cm
männl. Jugend B	Hoch	1,67 - 1,87 je 5 cm	weiter je 3 cm
	Stabhoch	2,40 - 2,80 je 20 cm	weiter je 10 cm
weibl. Jugend B	Hoch	1,49 - 1,61 je 4 cm	weiter je 3 cm
	Stabhoch	2,00	weiter je 10 cm

Hinweise:

Die Gänge und Tribünen der Helmut-Körnig-Halle dürfen nicht mit Spikes betreten werden. Teilnehmer/innen, die gegen diese Anordnung verstoßen, können von der Hallenleitung mit Hallenverbot belegt werden.

Alle Wettkampfstätten tragen Kunststoffbelag: Die Spikeslänge darf max. 6 mm betragen.

Für die Dreisprungwettbewerbe stehen drei Balken (9,0 m, 11,0 m, 13,0 m) zur Verfügung. Bei Abgabe der Stellplatzkarte ist verbindlich anzugeben, von welchem Brett gesprungen wird.

Männer, männliche Jugend B 11,0 m oder 13,0 m

Frauen, weibliche Jugend B 9,0 m oder 11,0 m

Startunterlagen:	Ab 9:00 Uhr am Halleneingang Strobelallee
Umkleidemöglichkeiten:	In der Helmut-Körnig-Halle
Stellplatz u. Wettkampfbüro:	In der Helmut-Körnig-Halle
Anreisehinweise:	Innerhalb Dortmunds der Ausschilderung „Westfalahalle/Westfalenstadion“ folgen.
Telefon:	In Notfällen (z.B. Stau bei der Anreise etc.) steht am Veranstaltungstag folgende Rufnummer zur Verfügung: 0231 / 1204391

Zeitplan: Samstag, 16. Januar 2010

Wettkampfororganisation

Technische Besprechung 9:30 Uhr

Kampfrichterbesprechung 10:00 Uhr

Zeit	Männer	Frauen	mJB	wJB	Zeit
11:00	Weit	Stab	Hoch Kugel	Stab 200 m ZE	11:00
11:15		200 m ZE			11:15
11:35			200 m ZE		11:35
11:55	200 m ZE				11:55
12:10		Weit		60 m H VL	12:10
12:25		60 m H VL			12:25
12:35			60 m H VL		12:35
12:55	60 m H VL				12:55
13:00				Kugel	13:00
13:10				1500 m ZE	13:10
13:20			1500 m ZE		13:20
13:30			Stab Weit	Hoch	13:30
13:35		1500 m ZE			13:35
13:45	1500 m ZE				13:45
13:55				60 m H E	13:55
14:00		60 m H E			14:00
14:05			60 m H E		14:05
14:10	60 m H E				14:10
14:25		4 x 200 m ZE			14:25
14:35	4 x 200 m ZE				14:35
14:50				400 m ZE	14:50
15:00		Kugel 400 m ZE		Weit	15:00
15:10			400 m ZE		15:10
15:30	400 m ZE				15:30
15:45	60 m VL	Hoch			15:45
16:00	Stab	60 m VL			16:00
16:15			60 m VL		16:15
16:30	Drei		Drei		16:30
16:35				60 m VL	16:35
16:50	60 m E				16:50
17:00	Kugel	60 m E			17:00
17:10			60 m E		17:10
17:15	Hoch				17:15
17:25				60 m E	17:25
17:35	800 m ZE				17:35
17:40		800 m ZE			17:40
17:45		Drei	800 m ZE	Drei	17:45
17:50				800 m ZE	17:50
18:05	3000 m ZE				18:05
18:20			4 x 200 m ZE		18:20
18:40				4 x 200 m ZE	18:40
19:00	4x400 m ZE				19:00
19:20	3 x 1000 m ZE				19:20

Bitte beachten:

Kommen aufgrund der Meldungen keine **Hürdenvorläufe** zustande, findet der Endlauf zur Vorlaufzeit statt. Sollte ein Einlagelauf gewünscht werden, wird dieser zur ursprünglichen Endlaufzeit ausgetragen.