



Westdeutsche Langstreckenmeisterschaften		Lüdenscheid
28.04.2012	Nattenbergstadion, Am Nattenbergstadion, 58515 Lüdenscheid	
	Meldeschluss: 16.04.2012 Onlinemeldung per LA.net oder optional DIALOG-System	

Klassen, Wettbewerbe, Mindestleistungen, Zeitplan			
Klassen	Wettbewerbe	Mindestleistungen	Zeitplan
Technische Besprechung			12:15 Uhr
Kampfrichterbesprechung			12:30 Uhr
Weibliche Jugend U18	3.000 m	11:20,00 (2000 m: 7:05,00)	13:00 Uhr
Männliche Jugend U18	3.000 m	9:45,00	13:15 Uhr
Weibliche Jugend U20	5.000 m	21:00,00 (3000m 11:15,00)	13:30 Uhr
Männliche Jugend U20	5.000 m	17:30,00 (3000m in 9:45,00)	13:55 Uhr
Seniorinnen W30, W35, W40	5.000 m	23:00,00	14:15 Uhr
Seniorinnen W45 bis W70	5.000 m	25:00,00	14:45 Uhr
Frauen	10.000 m	42:00,00	15:15 Uhr
Männer, Senioren M30, M35	10.000 m	33:00,00 SEN: 36:00,00	16:05 Uhr
Senioren M40, M45, M50	10.000 m	M40: 37:30,00 M45: 40:40,00 M50: 42:00,00	16:45 Uhr
Senioren M55 bis M70	10.000 m	48:00,00	17:30 Uhr

Startunterlagen:	Ab 11:00 Uhr im Nattenbergstadion
Stellplatz u. Wettkampfbüro:	s.o.
Organisationsbeiträge:	<i>Die Organisationsbeiträge sind, sofern die Meisterschaft <u>nicht</u> im eigenen Landesverband stattfinden, in bar oder per Scheck zu entrichten!</i>
Anreisehinweise:	Autobahn A45 Abfahrt Lüdenscheid-Süd bzw. Lüdenscheid Zentrum. Richtung Stadtmitte danach Brügge/Halver. Ausschilderung innerorts beachten.
Telefon:	In Notfällen (z. B. Stau bei der Anreise etc.) steht am Veranstaltungstag folgende Rufnummer zur Verfügung: 0178 / 9682711