Saarländische Senioren-Meisterschaften
am 7. Juni 2012 in Friedrichsthal

Veranstalter:	Saarländischer Leichtathletik-Bund e.V.
Ausrichter:	SC Friedrichsthal
Austragungsstätte:	Stadion Am Franzschacht
Meldeschluss:	**31. Mai 2012** - Eingang SLB-Geschäftsstelle - **16.00 Uhr**
Meldungen:	Wir verweisen auf Punkt 4 der Allgemeinen Bestimmungen!

Ausschreibung:

Senioren **M30/M35**

Läufe:	100m - 400m - 800m - 5.000m - 4x100m Staffel
Sprünge:	Hochsprung (Anf.-Höhe 1,40m) - Weitsprung
Stoß/Wurf:	Kugelstoß - Speerwurf

M40/M45

Läufe:	100m - 400m - 800m - 5.000m - 4x100m Staffel
Sprünge:	Hochsprung (Anf.-Höhe 1,30m) - Weitsprung
Wurf/Stoß:	Kugelstoß - Speerwurf

M50/M55

Läufe:	100m - 400m - 800m - 5.000m - 4x100m Staffel
Sprünge:	Hochsprung (Anf.-Höhe 1,20m) - Weitsprung
Wurf/Stoß:	Kugelstoß (6kg) - Speerwurf (700g)

M60/M65

Läufe:	100m - 5.000m
Sprünge:	Hochsprung (Anf.-Höhe 1,05m) - Weitsprung
Wurf/Stoß:	Kugelstoß (5kg) - Speerwurf (600g)

M70 – M80

Läufe:	100m - 5.000m
Sprünge:	Weitsprung
Wurf/Stoß:	Kugelstoß (4kg) - Speerwurf (500g)

Saarländische Senioren-Meisterschaften
am 7. Juni 2012 in Friedrichsthal

Seniorinnen	**W30/W35**
Läufe:	100m - 200m - 800m - **5.000m** - 4x100m Staffel
Sprünge:	Hochsprung (Anf.-Höhe 1,05m) - Weitsprung
Stoß/Wurf:	Kugelstoß - Speerwurf
	W40/W45
Läufe:	100m - 200m - 800m - 5.000m - 4x100m Staffel
Sprünge:	Hochsprung (Anf.-Höhe 1,05m) - Weitsprung
Wurf/Stoß:	Kugelstoß - Speerwurf
	W50/W55
Läufe:	100m - 800m - 5.000m - 4x100m Staffel
Sprünge:	Hochsprung (Anf.-Höhe 1,05m) - Weitsprung
Wurf/Stoß:	Kugelstoß (3kg) - Speerwurf (500g)
	W60 - W80
Läufe:	100m - 5.000m
Sprünge:	Weitsprung
Wurf/Stoß:	Kugelstoß (3kg) - Speerwurf (400g)

Siegerehrung: Die Siegerehrung findet sofort nach dem jeweiligen Wettkampf statt.

Meisterschaftswertung: Eine **Meisterschaftswertung** erfolgt, wenn **mindestens zwei Athleten in einer Altersklasse** an den Start gehen, außer bei Staffeln und Mannschaften.
Bei einem Athleten/einer Athletin pro Disziplin in einer Altersklasse erfolgt eine **Meisterschaftswertung** nur beim Erreichen einer sog. **Standardleistung**. Die Übersicht über die geforderten Standards wird zu Beginn der Wettkampfsaisonauf der SLB-Homepage in den Bereichen „Breitensport“ und „Informationen/Infodienst“ veröffentlicht.

Sprunghöhen:

M30	1,40 - 1,45 - 1,50 - 1,55 - 1,58 - dann jeweils 3cm
M40	1,30 - 1,35 - 1,38 - dann jeweils 3 cm
M50	1,20 - 1,25 - 1,30 - 1,35 - 1,38 - dann jeweils 3cm
M60	1,05 - 1,10 - 1,15 - 1,20 - 1,25 - 1,28 - dann jeweils 3cm
W30 - W55	1,05 - 1,10 - 1,15 – 1,18 - dann jeweils 3cm

Zeitplan

Zeit	M30/35	M40/45	M50/55	M60/65	M70-M80	W30-W80
14.00			Speer	Speer	Speer	Speer W30-W80
15.00	800m Kugel	800m Kugel	800m			Weit W30-W80
15.15						800m W30-W55
15.30			100m	100m	100m	
15.45						100m W30-W80
16.00	100m	100m	Hoch	Hoch		
16.30	Speer	Speer	Kugel	Kugel	Kugel	
16.45	4x100m	4x100m	4x100m			
17.00	Hoch	Hoch				4x100m W30-W55
17.15			Weit	Weit	Weit	Kugel W30-W45
17.45						
18.00						Hoch W30-W55 Kugel W50-W80
18.15	400m ZL Weit	400m ZL Weit	400m ZL Weit			
18.25						200m ZL
18.35	5.000m ZL	5.000m ZL	5.000m ZL	5.000m ZL	5.000m ZL	5.000m ZL

Zeitplanänderungen vorbehalten