

# Kreismeisterschaften am 11./12. Mai 2019 in Saarlouis

Veranstalter: Kreis Saarlouis Saarlouis/Merzig-Wadern  
Ausrichter: LAC Saarlouis  
Ort: Stadion „Großer Sand“ Saarlouis  
Beginn: siehe Zeitpläne  
Meldeschluss: Mittwoch, 8. Mai 2019  
Meldungen: **Generell über LaNet ([www.lanet2.de](http://www.lanet2.de))**  
In Ausnahmefällen (**nur wenn noch keine Startlizenzen vorliegen**)  
und für U12 an  
Peter Fischer  
Tel./Fax 06831 707174, Mail PFis712039@aol.com

## Wettbewerbe:

Männer:	100 m, 200 m, 800 m, 110 m H., 4x100 m, Hoch, Weit, Drei, Kugel
Frauen:	100 m, 200 m, 800 m, 100 m H., 4x100 m, Hoch, Weit, Drei, Kugel
MJ U20/18:	100 m, 800 m, 110 m H., 4x100 m, Hoch, Weit, Drei, Kugel
WJ U20/18:	100 m, 800 m, 100 m H., 4x100 m, Hoch, Weit, Drei, Kugel
MJU16:	300 m, 4 x 100 m
M15/14:	100 m, 800 m, 80 m H., Hoch, Weit, Kugel
WJ U16:	300 m, 4 x 100 m
W15/14:	100 m, 800 m, 80 m H., Hoch, Weit, Kugel
MJU14:	4 x 75 m
M13/12	75 m, 800 m, 60 m H., Hoch, Weit, Kugel, Ball, <b>Fünfsprung</b>
WJU14:	4 x 75 m
W13/12	75 m, 800 m, 60 m H., Hoch, Weit, Kugel, Ball, <b>Fünfsprung</b>
MKU12(M11/10)	50 m, 800 m, 50 m H., 4x50 m, Hoch, Weit, Schlagball
WKU12(W11/10)	50 m, 800 m, 50 m H., 4x50 m, Hoch, Weit, Schlagball

## Teilnahmebeschränkungen

**U12: Vier Disziplinen (einschließlich Staffel)**

**U16/14: Fünf Disziplinen (einschl. Staffel)**

In allen Läufen finden Zeitläufe statt.

Die Teilnehmer müssen spätestens 45 Min. vor der jeweiligen Disziplin abgehakt sein.

**Die Teilnahme an derselben Disziplin in verschiedenen Altersklassen ist nicht möglich! Kinder des Jahrgangs 2010 sind nicht startberechtigt!!!!**

**In der M/W15 ist ein Doppelstart über 300 und 800 m lt. DLO unzulässig!!!!**

Sprunghöhen:	Männer	1,50-1,55-1,60-1,65-1,70-1,73 dann 3 cm Steigerung
	Frauen, WJU20/18	1,25-1,30-1,35-1,40-1,45-1,48 dann 3 cm Steigerung
	MJ U20/18	1,50-1,55-1,60-1,65-1,70-1,73 dann 3 cm Steigerung
	M15/14	1,30-1,35-1,40-1,45-1,50-1,53 dann 3 cm Steigerung
	W15/14	1,25-1,30-1,35-1,40-1,43 dann 3 cm Steigerung
	M13/12	1,10-1,15-1,20-1,23 dann 3 cm Steigerung
	W13/12	1,10-1,15-1,20 dann 3 cm Steigerung
	M/WK U12	0,95-1,00-1,05-1,08 dann 3 cm Steigerung

Manfred Müller  
Kreisvorsitzender

Hans-Werner Just  
Ref. Wettkampfororganisation

Nicole Heid  
Ref. Jugendleichtathletik

Sabine Martini  
Ref. Kinderleichtathletik

# Kreismeisterschaften am 11./12. Mai 2019 in Saarlouis

## Zeitplan 11. Mai

Zeit	M15	M14	M13	M12	W15	W14	W13	W12
12:00							4x75 m	
12:15			4x75 m					
12:30					4x100 m		Weit	Weit
12:45	4x100 m		Ball	Ball	Hoch	Hoch		
13:00	Kugel	Kugel		60 m H.				60 m H.
13:15			60 m H.				60 m H.	
13:45			Hoch	Hoch			Ball	Ball
14:00					Kugel	Kugel		75 m
14:15	Weit	Weit					75 m	
14:30				75 m				
14:45			75 m				Hoch	Hoch
15:00						100 m		
15:15					100 m			
15:30		100 m	Kugel	Kugel				
15:45	100 m				Weit	Weit		
16:15	Hoch	Hoch					Kugel	Kugel
16:30			Weit	Weit	300 m			
16:45	300 m							
17:00							800 m	800 m
17:15			800 m, 5-Sprung	800 m 5-Sprung			5-Sprung	5-Sprung
17:30					800 m	800 m		
17:45	800 m	800 m						

Änderungen vorbehalten

### **Hinweise zum 60-m-Hürdenlauf M/W12:**

Höhe ca. 68 cm - Anlauf 11 m, Abstände 7 m, Auslauf 14 m

### **Hinweise zum Fünfsprung M/W13 und 12:**

Es handelt sich um einen 5er-Sprunglauf aus dem Anlauf. Es gibt fünf Absprungzonen von 8-13 m. Die Zonen sind deutlich sichtbar gekennzeichnet.

Die Anlaufänge kann frei gewählt werden. Der Absprung erfolgt aus der vorher gewählten Zone mit dem rechten oder linken Fuß. Danach folgen vier Sprunglaufschritte innerhalb der Anlaufbahn und die beidfüßige Landung in der Sprunggrube. Die vorher gewählte Absprungzone kann während des Wettkampfes gewechselt werden. Dies muss dem Kampfgericht angezeigt werden.

Jeder Teilnehmer hat vier Versuche. Die Weitenmessung erfolgt analog dem Zonenweitsprung.

Es gilt als Fehlversuch, wenn beim 1. Absprung die gewählte Zone übertreten wird und wenn der Schlussprung vollständig neben der Anlaufbahn erfolgt.

# Kreismeisterschaften am 11./12. Mai 2019 in Saarlouis

## Zeitplan 12. Mai

Zeit	M, MJU20	F/WJU20	MJU18	WJU18	M15/14	W15/14
10:00						80 m H.
10:10					80 m H.	
10:20				100 m H.		
10:30		100 m H.				
10:40			110 m H.			
10:50	110 m H.					

Zeit	M	F	MU20	WU20	MU18	WU18	M11	M10	W11	W10
11:00	Drei Kugel	Drei	Drei Kugel	Drei	Drei Kugel	Drei	50 m			
11:10								50 m		
11:20									50 m	
11:30							Hoch	Hoch		50 m
11:40		100 m		100 m		100 m				
11:45									Hoch	Hoch
11:55	100 m	Kugel	100 m	Kugel	100 m	Kugel				
12:15	Weit		Weit		Weit					
12:30							S-Ball	S-Ball	50 m H	50 m H
12:45							50 m H	50 m H		
13:00		Hoch		Hoch		Hoch				
13:15									Weit	Weit
13:30	Hoch		Hoch		Hoch		4x50 m			
14:00	200 m	200 m								
14:30							Weit	Weit	4x50 m	
14:45		4x100		4x100		4x100			S-Ball	S-Ball
14:55	4x100		4x100		4x100					
15:15	800 m	800 m	800 m	800 m	800 m	800 m				
15:30		Weit		Weit		Weit	800 m	800 m		
15:45									800 m	800 m

Änderungen vorbehalten