

Einladung und Ausschreibung

zum Läufertag des SC Myhl LA mit Regionsmeisterschaften im Hindernislauf, über die Langhürden und 3.000 m, mit Rahmenprogramm.

am Samstag den 17.06.2023

Meldungen:

bis 14. Juni 2023 an
Harald Eifert
Barbararing 106
41812 Erkelenz
Tel.: 0172/9150476
E-Mail: Harald-Eifert@t-online.de

Nachmeldungen:

möglich mit Zahlung von zusätzlich 5 € pro Disziplin

Startgeld:

Kinder € 4,00
Jugendliche € 5,00
Erwachsene € 8,00

Beginn und Ort:

Ergebnisse auf der Homepage www.sc-myhl.de abrufbar.
12.00 Uhr im neuen Stadion in Wassenberg-Orsbeck, Ecke Heinsberger Straße/L117.
Toiletten und Umkleiden sind vorhanden.
Parkplätze stehen vor dem Stadion ausreichend zur Verfügung.

Auszeichnungen:

Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten eine Urkunde. Die Sieger/innen der Regionsmeisterschaftsdisziplinen erhalten den Titel „Regionsmeister/in“.

Wettbewerbe:

Die Wettbewerbe der Langhürden sowie die Langstrecken und Hindernisläufe werden als Regionsmeisterschaften der Region Südwest ausgetragen. Alle anderen Läufe finden im Rahmenprogramm statt.

Zeitplan:

Je nach eingehenden Meldezahlen wird der Zeitplan nochmal angepasst. Dies wird aber rechtzeitig auf unserer Homepage veröffentlicht.

Uhrzeit	MU8 M6/M7	MU10 M8/M9	WU8 W6/W7	WU10 W8/W9	MU12 M10/M11	WU12 W10/W11	MU14 M12/M13	WU14 W12/W13	MU 16 M14/M15	WU 16 W14/W15	MU18	WU18	MU 20/ M	WU 20/ F	Uhrzeit
---------	--------------	---------------	--------------	---------------	-----------------	-----------------	-----------------	-----------------	------------------	------------------	------	------	----------	----------	---------

12.00	30m	Ball		Ball												12.00
12.10			30m													12.10
12.30	Weit 1		Weit 2													12.30
12.40		40m														12.40
12.45				40m												12.45
13.10	Ball	Weit 1	Ball	Weit 2												13.10
14.00							60 m H	60 m H								14.00
14.20									80 m H	80 m H						14.20
14.30											100 m		100 m			14.30
14.45												100 m		100 m		14.45
15.00					50 m	50m										15.00
15.15							75 m	75 m								15.15
15.40									300 m Hü.							15.40
15.50										300 m Hü.						15.50
16.00											400 m Hü.			400 m Hü.		16.00
16.10										400 m Hü.			400 m Hü.			16.10
16.20					800 m		800 m									16.20
16.30						800 m		800 m								16.30
16.40									800 m	800 m	800 m	800 m	800 m	800 m		16.40
17.00									3.000 m	3.000 m	3.000 m	3.000 m	3.000 m	3.000 m	3.000 m	17.00
17.30									1.500 m Hindernis	1.500 m Hindernis	2.000 m Hindernis	2.000 m Hindernis	3.000 m Hindernis	3.000 m Hindernis		17.30

Hinweise:

Es wird auf die „Allgemeinen Ausschreibungsbestimmungen 2023“ und die „Übergangsmöglichkeiten im Nachwuchsbereich“ hingewiesen.

Wir wünschen allen Teilnehmern viel Erfolg!

