



DSV 04

Düsseldorfer Sportverein 04 Lierenfeld e.V.

Leichtathletik-Abteilung - Ernst-Poensgen-Kampfbahn

Bahngehen bei Hansi 2016

mit Cross-Gehen

Samstag, 2. April 2016

Stand: 24.11.2015

Beginn: 13:00 Uhr

Veranstalter

DSV 04 Düsseldorfer Sportverein 04 Lierenfeld e.V.

Landesverband: **LVN** (Leichtathletikverband Nordrhein), **06 Kreis: D/Ne** (Düsseldorf/Neuss)

Ausrichter

Leichtathletik-Abteilung

Austragungsort

Ernst-Poensgen-Kampfbahn, Wilhelm-Heinrich-Weg 2, 40231 Düsseldorf
400 m Rundbahn in Kunststoff (Tartan), maximale Dornlänge 6 mm

Wettbewerbe

Samstag, 2. April 2016

Disziplin(en)	Kinder	Jugend	Jugend	Junior/in	Erwachsene
1.000 m BG	m/w KU10				
2.000 m BG	m/w KU12				
3.000 m BG		m/w JU14/16			
5.000 m BG		m JU16	m/w JU18/20	M/WU23	M/F, Sen(i)
10.000 m BG			m JU20	M/WU23	M/F, Senior 30 - 55
ca. 1.500 m Cross-Gehen	m/w KU10/12	m/w JU14/16			
ca. 4.000 m Cross-Gehen		m JU16	m/w JU18/20	M/W U23	M/F, Sen(i)
ca. 1.500 m Cross-Laufen	m/w KU10/12				

Veranstaltung

Die Veranstaltung ist offen ausgeschrieben.

Stellplatz

Im Leichtathletik-Geschäftszimmer, Ausgabe der Startunterlagen

Meldestelle

LA - 2. AbtL : Schmidt, Tulpenweg 25, 40231 Düsseldorf, Tel. 0211. 9215711

Betreff : [Bahngehen bei Hansi 2016](#)

per E-Mail : Schmidt-hansi@gmx.de oder Meldungen@zeitmess.de

per online :

Meldeformular :

Startgebühren

Kinder U10/12	Einzel	2,50 €
Jugend U14/16	Einzel	3,00 €
Jugend U18/20	Einzel	4,00 €
Erwachsene	Einzel	5,00 €

Meldeschluss

Dienstag, 29. März 2016

Maileingang 23:59 Uhr

Meldeübersicht

[Teilnehmerliste](#)

[Meldeliste](#)

[Starterliste](#)

Nachmeldung

Gebühr am Wettkampftag **1,00 Euro** pro Disziplin

Nur möglich, soweit der Ablauf der Veranstaltung nicht gestört wird

Auszeichnungen

Alle Platzierten erhalten am Veranstaltungstag eine Urkunde.

Siegerehrungen

erfolgen,
gemeinsam nach dem Wettkampf (um ca. 17:20 Uhr) für alle Disziplinen.

Ergebnislisten

finden Sie im Internet unter : <http://www.zeitmess.de/kalender/ergebnisliste.php>

Wertung

W/M bis 16 Jahre, Jahrgangswertung; alle Älteren in Altersklassen gem. DLV.

Für die Läufe bitte Bestleistungen (Meldewert) angeben

Wir erlauben nur Starts in den von uns ausgeschrieben Altersklassen.

Hinweise

Bei **E-Mail** Meldungen benötigen wir die Daten durch Kommata getrennt in folgender Reihenfolge:
Startpass-Nr, Name, Vorname, Geschlecht, Jahrgang, Verein, Altersklasse, Disziplin(en).

Haftung

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Unfälle oder Schadensfälle jeder Art



DSV 04

Düsseldorfer Sportverein 04 Lierenfeld e.V.

Leichtathletik-Abteilung Ernst-Poensgen-Kampfbahn

Z E I T P L A N

Bahngehen bei Hansi

Samstag, 2. April 2016

Stand: 24.11.2015

Beginn:

13:00 Uhr

Zeit	männlich/weiblich																		Zeit		
	MKU10	WKU10	MKU12	WKU12	MJU14	WJU14	MJU16	WJU16	MJU18	WJU18	MJU20	WJU20	MU23	WU23	Männer	Frauen	Senior	Sen		Seni	
	M 8,9	W 8,9	M 10,11	W 10,11	M 12,13	M 12,13	M 14,15	W 14,15	16/17 Jahre		18/19 Jahre		20/22 Jahre		ab 23 Jahre		30-55	ab 30 Jahre			
13:00	1.000 BG		2.000 BG		3.000 BG		3.000 BG														13:00
13:25							5.000 BG		5.000 BG		5.000 BG		5.000 BG		5.000 BG				5.000 BG		13:25
14:15											10.000 BG		10.000 BG		10.000 BG		10.000 BG				14:15
14:20																					14:20
16:10	ca. 1.5 K (Cross-G)		ca. 1.5 K (Cross-G)		ca. 1.5 K (Cross-G)		ca. 1.5 K (Cross-G)														16:10
16:30	ca. 1.5 K (Cross-L)		ca. 1.5 K (Cross-L)		ca. 1.5 K (Cross-L)		ca. 1.5 K (Cross-L)														16:30
16:45									ca. 4.0 K (Cross-G)		ca. 4.0 K (Cross-G)		ca. 4.0 K (Cross-G)		ca. 4.0 K (Cross-G)				ca. 4.0 K (Cross-G)		16:45
17:15																					17:15
17:20	gemeinsame Siegerehrung für alle Wettbewerbe																		17:20		
18:20																					18:20

Änderungen des Zeitplans bleiben dem Ausrichter vorbehalten - siehe auch Internet

Aufgrund der Meldungen können am Veranstaltungstag Wettbewerbe getrennt werden

ca. 1.5 K (Cross-G) = circa 1.500 Meter Gross-Gehen // ca. 4.0 K (Cross-G) = circa 4.000 Meter Gross-Gehen

ca. 1.5 K (Cross-L) = circa 1.500 Meter Gross-Laufen

Besonderheit beim Cross-Gehen:

Die ca 1.200 m lange Runde geht über folgende Oberflächen: die Tartanbahn – gepflasterte Wege – Kunstrasen (Überquerung eines Kunstrasen-Fußballplatzes) – normaler Rasen (nicht gemäht) – grober Asphalt – normaler Rasen (wie vor) – gepflasterte Wege – zurück auf die Tartanbahn. Am Ende des Wettkampfes wird noch 1 Runde auf der Tartanbahn gegangen, wobei 2 Weitsprunggruben zu durchqueren sind. Eine weitere Besonderheit beim Cross-Gehen wird sein, dass es keine Disqualifikation geben wird, sondern jede Rote Karte wird mit einer Strafrunde von ca. 30 - 60 m wie beim Biathlon geahndet.