

**Saarländische Senioren-Meisterschaften  
am 31. Mai 2018 in Ludweiler**

---

Veranstalter: Saarländischer Leichtathletik-Bund e.V.  
Ausrichter: TV Ludweiler  
Austragungsstätte: Warndtstadion Ludweiler  
Meldeschluss: **25. Mai 2018**  
Meldungen: Wir verweisen auf Punkt 4 der Allgemeinen Bestimmungen!

**Ausschreibung:**

**Senioren**

**M30/M35** 100m – 200m – 800m – 5.000m – 4x100m –  
Hochsprung (Anf.-Höhe 1,40m) – Weitsprung –  
Kugelstoß – Speerwurf – Diskuswurf – Hammerwurf

**M40/M45** 100m – 200m – 800m – 5.000m – 4x100m –  
Hochsprung (Anf.-Höhe 1,30m) – Weitsprung –  
Kugelstoß – Speerwurf – Diskuswurf – Hammerwurf

**M50/M55** 100m – 200m – 800m – 5.000m – 4x100m –  
Hochsprung (Anf.-Höhe 1,20m) – Weitsprung –  
Kugelstoß (6kg) – Diskuswurf (1,5 kg) –  
Hammerwurf (6 kg) – Speerwurf (700g)

**M60/M65** 100m – 200m – 800m – 5.000m – 4 x 100m –  
Hochsprung (Anf.-Höhe 1,05m) – Weitsprung –  
Kugelstoß (5kg) – Diskuswurf (1 kg) –  
Hammerwurf (5 kg) – Speerwurf (600g)

**M70 – M75** 100m – 200m – 5.000m – Weitsprung –  
**M80 – M85** 100m – 200m – **3.000m** – Weitsprung –

**M70/M75** Kugelstoß (4kg) – Diskuswurf (1 kg) –  
Hammerwurf (4 kg) – Speerwurf (500g) –  
**M80/M85** Kugelstoß (3 kg) – Diskuswurf (1 kg) –  
Hammerwurf (3 kg) – Speerwurf (400g)

**Saarländische Senioren-Meisterschaften  
am 31. Mai 2018 in Ludweiler**

---

## Seniorinnen

**W30/W35** 100m – 200m – 800m – 5.000m – 4x100m –  
Hochsprung (Anf.-Höhe 1,05m) – Weitsprung –  
Kugelstoß – Diskuswurf – Hammerwurf – Speerwurf

**W40/W45** 100m – 200m – 800m – 5.000m – 4x100m –  
Hochsprung (Anf.-Höhe 1,05m) – Weitsprung –  
Kugelstoß – Diskuswurf – Hammerwurf – Speerwurf

**W50/W55** 100m – 200m – 800m – 5.000m – 4x100m –  
Hochsprung (Anf.-Höhe 1,05m) – Weitsprung –  
Kugelstoß (3kg) – Diskuswurf (1 kg) –  
Hammerwurf (3 kg) – Speerwurf (500g)

**W60/W65** 100m – 200m – 5.000m – **4x100m** – Weitsprung –  
**W70 – W85** 100m – 200m – **3.000m** – Weitsprung –

**W60 – W70** Kugelstoß (3 kg) – Diskuswurf (1 kg) –  
Hammerwurf (3 kg) – Speerwurf (500g)

**W75 – W85** Kugelstoß (2 kg) – Diskuswurf 0,75 kg) –  
Hammerwurf (2 kg) – Speerwurf (400g)

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

**Meisterschaftswertung:** Eine **Meisterschaftswertung** erfolgt, wenn **mindestens zwei Athleten /Staffeln in einer Altersklasse** an den Start gehen.

**Bei einem Athleten/einer Athletin/einer Staffel pro Disziplin** in einer Altersklasse erfolgt eine **Meisterschaftswertung** nur beim Erreichen der **Standardleistung**. Die Übersicht über die geforderten Standards ist unter dem Termin veröffentlicht.

## Sprunghöhen:

M30 1,40 - 1,45 - 1,50 - 1,55 - 1,58 - dann 3 cm

M40 1,30 - 1,35 - 1,38 - dann 3 cm

M50 1,20 - 1,25 - 1,30 - 1,35 - 1,38 - dann 3 cm

M60 1,05 - 1,10 - 1,15 - 1,20 - 1,25 - 1,28 - dann 3 cm

W30 - W55 1,05 - 1,10 - 1,15 – 1,18 - dann cm

**Saarländische Senioren-Meisterschaften  
am 31. Mai 2018 in Ludweiler**

---

**Zeitplan**

<b>Zeit</b>	<b>M30/35</b>	<b>M40/45</b>	<b>M50/55</b>	<b>M60/65</b>	<b>M70-M85</b>	<b>W30-W85</b>
12.30	Kugel	Kugel	Kugel			Hammer
13.00				Hammer	Hammer	Weit / Hoch
13.30	Hoch	Hoch	Hoch			
14.00	Hammer	Hammer	Hammer	Kugel		Speer
14.30	100m	100m	100m			
14.45				100m	100m <b>Kugel</b>	
14.50						100m
15.00	Speer	Speer		Hoch		Diskus W50-85
15.15	800m	800m	800m	800m		
15.30	Weit	Weit	Speer			800m
						<b>Kugel W30-45</b>
16.00	Diskus	Diskus	Weit	Weit	Weit	
16.15	200m	200m	200m	200m	200m	
16.30				Speer	Speer	200m
16.45			Diskus			<b>Kugel W50-85</b>
17.00						4 x 100m
17.15	4 x 100m	4 x 100m	4 x 100m	4 x 100m		<b>4 x 100m</b>
17.30						Diskus W30-45
17.45				5000m	<b>3000m M80-85</b> <b>5000m M60-75</b>	<b>3000m W70-85</b> 5000m W30-65
18.15	5000m	5000m	5000m	Diskus	Diskus	

**Zeitplanänderungen vorbehalten**