



Nationales Auffahrts-Meeting

Donnerstag, 21. Mai 2009, Sportzentrum „Hard“
Langenthal

Zeit	Männer	Frauen
11.00		100 m Vorläufe
	Stab (Anfangshöhe 2.00 m)	Stab (Anfangshöhe 2.00 m)
11.15	100 m Vorläufe	Speer
11.30		Hoch
11.45		100 m Hürden
12.10	110 m Hürden	
12.30		600 m
13.00	600 m	
13.30	Stab (Anfangshöhe: 3.00 m)	Stab (Anfangshöhe: 3.00 m)
		100 m Finals B + A
13.45	100 m Finals B + A	
14.00	Speer	Kugel
14.15	2000 m U16	
14.30	Weit (Anlage 1) / Hoch	2000 m U16
14.45		4 x 100 m
15.00	4 x 100 m	Weit (Anlage 2)
15.15		300 m
15.30	300 m / Kugel	
16.00	Stab (Anfangshöhe: 4.00)	1000 m
16.30	1000 m	
17.15	Diskus	3000 m / Diskus
17.30	Dreisprung (Anlage 1)	Dreisprung (Anlage 2)
17.45	3000 m	
18.15		300 m Hürden
18.30	300 m Hürden	

SCHWEIZERMEISTERSCHAFT 10'000 M

18.50	10'000 m SM (Akt./Esp./Jun.)	
19.30		10'000 m SM (Akt./Esp./Jui.)

Zeitmessung: voll-elektronisch (Video-System „Scan-O-Vision“)

Kategorien: Männer / Frauen Nachwuchs-Kategorien sind ebenfalls startberechtigt, allerdings mit Gewichten und Distanzen der Aktiv-Kategorien.
Für die Kat. U16 wird speziell die neue SM-Distanz 2000 m angeboten.

Techn. Disz.: Vorkampf (3 Versuche) und Endkampf (3 weitere Versuche für die 8 Besten, ausgenommen Stab und Hoch.)

Einsätze: 1. Disz.: Fr. 20.-- / 2. Disz.: Fr. 15.-- / weitere Disz.: Fr. 10.-- / Staffeln: Fr. 25.— ist auf dem Platz zu bezahlen.

Appell: unbedingt bis spätestens 1 Stunde vor Wettkampfbeginn durch Ankreuzen in den separaten Listen bei der Startnummern-Ausgabe.

Anmeldungen: online über: www.swiss-athletics.ch/meetings/onlineregistration/login.php
oder schriftlich und unbedingt vereinsweise bis Samstag, 16. Mai 2009 an:
Marcel Hammel, Thörigenstrasse 22, 3360 Herzogenbuchsee
Tel.: 062 961 31 59 Natel: 079 607 26 83
Fax: 062 961 69 84 E-Mail: m.hammel@besonet.ch
Internet: www.lvl.ch

Achtung ! Es wird kein Programm verschickt. Der Zeitplan ist definitiv.

Meetingsponsoren:

Central Garage
Langenthal

