



Die Leichtathletikabteilung des TuS Köln rrh lädt ein:

Traditionelles Seniorensportfest Kurzsprint-Tag Männer / Frauen / Jugend

23. Juni 2019

Austragungsort: Sportpark Höhenberg, 51103 Köln, Günter-Kuxdorf-Weg 2

Wettbewerbe / Zeitplan:

M 30 – M 80: 100m, 200m, 400m, 800m, 3000m, 4x100m, Weit, Hoch, Kugel, Diskus, Speer
W 30 –W 80: 100m, 200m, 400m, 800m, 3000m, 4x100m, Weit, Hoch, Kugel, Diskus, Speer
Männer / Frauen, Jgd. U20, Jgd. U18: 100m, 200m, 4x100m, 3000m

Abhängig vom Meldeergebnis wird der Zeitplan ggf. noch aktualisiert und dann ab dem 21.06.2019 auf unserer Internetseite www.tuskoeln.de veröffentlicht.

Die Wettbewerbe werden nach den aktuell gültigen IWR und DLO durchgeführt.

Meldungen: Bis Freitag, **14.06.2019** auf DLV-Meldebogen an
e-mail: meldungen@tuskoeln.de

Bitte unbedingt Altersklasse angeben, in der der Start erfolgen soll (z. B. „Männer“, wenn ein Start im Sprint in der offenen Klasse gewünscht ist)

Startgeld: 4,00 € pro Einzeldisziplin
5,00 € für Staffeln
Nachmeldungen: zzgl. 2,00 €

Anreise: Am Autobahnkreuz Köln-Ost (A3 / A4) Richtung Köln-Zentrum/Zoobrücke, nach 200m auf der Abfahrt die Autobahn verlassen und an der Ampel (gegenüber Mc Donalds) links abbiegen (Frankfurter Straße).
Nach ca. 1 km (rechts Aral-Tankstelle) an der Ampel links in den Höhenberger Ring einbiegen und den Parkplatz links des Höhenberger Rings nutzen. Fußweg zum Stadion: ca. 300m (Höhenberger Ring überqueren, dann den Waldweg nutzen).
Von der A57 kommend: Beschilderung Zoobrücke folgen und Zoobrücke überqueren. Nach der Tunnelunterführung die erste Abfahrt (Köln-Höhenberg) nutzen. Dann weiter wie oben.

Haftung: Für Diebstähle, Unfälle und sonstige Schadensfälle übernimmt der Veranstalter – auch gegenüber Dritten - keine Haftung.

Ergebnisse: Die Ergebnisse können auf unserer Internet-Seite www.tuskoeln.de abgerufen werden.



Zeitplan Seniorensportfest 23.06.2019

Stand 01.02.2019

Zeit	M30/ M35	M40/ M45	M50/ M55	M60/M65 M70 u. älter	W 30/ W35	W40/ W 45	W50/ W 55	W 60/W65 W70 u. älter
11:00	Diskus	Diskus	Diskus		Kugel	Kugel		
12:00				Diskus				
12:00							Kugel	Kugel
12:30	Weit	Weit	Weit (M50)		100m	100m	100m	100m
13:10	Kugel	Kugel	Kugel		Diskus	Diskus	Diskus	Diskus
13:45			Hoch	Hoch				
14:00	100m	100m	100m	100m Kugel	Weit	Weit	Weit	Weit
14:45	Hoch Speer	Hoch Speer	Speer (M50)					
14:50					200m	200m	200m	200m
15:00	200m	200m	200m	200m				
15:15			Weit (M55)	Weit	400m	400m	400m	400m
15:20	400m	400m	400m	400m				
15:30					4x100m	4x100m	4x100m	4x100m
15:35	4x100m	4x100m	4x100m	4x100m	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch
15:40					Speer	Speer	Speer	Speer
15:45	800m	800m	800m	800m				
16:00					800m	800m	800m	800m
16:15	alle Altersklassen				3000m			
16:30			Speer (M55)	Speer				

Anfangshöhen Hochsprung: M30 bis M45: 1,26 m; M50 bis M80: 1,14 m, W30 bis W80: 0,90 cm

Zeitplan Kurzsprinttag (Stand 01.02.2019)

Zeit	Männer, männl. Jgd U 20, U18	Frauen, weibl. Jgd. U 20, U18
13:30	100m	
13:45		100m
14:30	200m	
14:45		200m
15:30		4x100m
15:35	4x100m	
16:15	3000m	

Alle Läufe im Rahmen des „Kurzsprinttag“ werden über die Klassen hinweg nach gemeldeten Zeiten gesetzt.

Athleten der Seniorenklassen müssen in ihrer Meldung explizit „Männer“ bzw. „Frauen“ angeben, wenn sie in den Teilnehmerfeldern des Kurzsprinttages starten möchten (Ausnahme 3.000m).