

Springer- und Werfertag

Samstag, 25. April 2026

Huckenohl-Stadion Menden

Ze i t p l a n

Uhrzeit	M	W	MU20	MU18	WU20	WU18	MU16 M15/14	WU16 W15/14	MU14 M13/12	WU14 W13/
12:30	Kampfrichterbesprechung									
13:00	Drei	Kugel 4kg	Drei / Hoch	Drei / Hoch	Kugel 4kg	Kugel 3kg	Diskus 1kg	Diskus 1kg		
14:15	Kugel 7,26kg	Diskus 1kg	Kugel 6kg	Kugel 5kg	Diskus 1kg	Diskus 1kg				
14:20		Drei			Drei	Drei				
14:30					Hoch	Hoch				
15:30	Diskus 2kg		Diskus 1.75kg	Diskus 1,5kg			Kugel 4kg	Kugel 3kg		
15:40	Weit I		Weit I	Weit I			Drei M15	Drei W15		
16:00							Hoch	Hoch		
16:30					Speer 600g		Speer 600g		Speer 400g	Speer 400g
16:45		Weit I			Weit I	Weit I				
17:30			Speer 800g	Speer 700g		Speer 500g		Speer 500g	Weit III	Weit III
18:00							Weit I	Weit I		

Zeitplanänderungen vorbehalten!!

Für den Dreisprung stehen 9 / 11/ 13 m-Balken zur Verfügung.

Der 7m-Absprung wird abgeklebt!

Bitte bei der Meldung angeben, von welchem Brett bzw. Abklebung gesprungen wird.

Sprunghöhen:

JU16: 1,30m, 1,35m, 1,40m, 1,43m und weiter 3cm Steigerung

MJU18/20: 1,60m, 1,65m, 1,70m, 1,73m und weiter 3cm Steigerung

WJU18/20: 1,45m, 1,50m, 1,55m, 1,58m und weiter 3cm Steigerung

In Notfällen ist am Veranstaltungstag folgende Rufnummer erreichbar:

0172 6816664 (Udo Feldmann)

Meldungen bis zum 22.04.2026 über LANet oder per Mail an:

meldungen@lqmenden.de

Die Nenngelder sind den Allgemeinen Bestimmungen zu entnehmen.

Es wird darauf hingewiesen, dass der Hinweis zum Datenschutz bei den „Allgemeinen Bestimmungen“ zu beachten ist.

Diese sind auf unserer Website hinterlegt.