

• **Norddeutsche Meisterschaften der Masters****Samstag / Sonntag, den 29.- 30. Juni 2024**

- Beachte:** Allgemeine Ausschreibungsbestimmungen der Norddeutschen Leichtathletikverbände 2024 (weitere Informationen: www.ndm-la.de)
- Ausrichter:** Leichtathletik – Verband Brandenburg e.V.
- Örtlicher Ausrichter:** VfL Rathenow e.V.
- Wettkampfleiter:** Volker Pietsch (LVB)
- Austragungsstätte:** **Friedrich – Ludwig – Jahn - Sportpark**
Schwedendamm 8, **14712 Rathenow**
- Meldeschluss:** **Dienstag, den 18. Juni 2024, online bis 23:59 Uhr**
über: www.ladv.de
Meldungen zu den Norddeutschen Meisterschaften erfolgen generell beim ausrichtenden Landesverband über LADV.
- Telefon:** In Notfällen (z.B. Verzögerung der Anreise etc.) steht am Veranstaltungstag folgende Rufnummer zur Verfügung:
0152 596 00 558
- Teilnahmeberechtigung:** Die Teilnahmeberechtigung regelt die DLO.
- Startunterlagen:** Die Ausgabe der Wettkampfunterlagen erfolgt am Stellplatz.
Freitag, 28.06.2024 18:00 – 20:00 Uhr
Samstag, 29.06.2024 09:00 – 18:00 Uhr
Sonntag, 30.06.2024 08:30 – 14:00 Uhr
- Startgebühren:** Die **Organisationsgebühren sind** entsprechend der abgegebenen Meldungen am Veranstaltungstag beim Empfang der Wettkampfunterlagen **in bar zu entrichten.**
- Stellplatz:** Alle Teilnehmer müssen sich unaufgefordert durch **Abgabe der Stellplatzkarte 90 Minuten vor** dem im Zeitplan veröffentlichten **Wettbewerbsbeginn am Stellplatz** melden. Für die Ausführung der pünktlichen Meldung ist ausschließlich der Teilnehmer verantwortlich.
- Siegerehrungen:** Die Siegerehrungen werden ab 45 Minuten nach Wettkampfe im eingerichteten Siegerehrungsbereich durchgeführt.





NDLV

Norddeutsche Leichtathletik-Verbände

Masters - Männer			
100 m	Sonntag	30.06	M 30 +
200 m	Samstag	29.06.	M 30 +
400 m	Sonntag	30.06.	M 30 +
800 m	Samstag	29.06.	M 30 +
1500 m	Sonntag	30.06.	M 30 +
5000 m	Samstag	29.06.	M 30 +
5000 m Bahngehen	Samstag	29.06.	M 30 +
80 m Hürden	Samstag	29.06.	M 70, M 75 +
100 m Hürden	Samstag	29.06.	M 50, M 55, M 60, M 65
110 m Hürden	Samstag	29.06.	M 30, M 35, M 40, M 45
200 m Hürden	Samstag	29.06.	M 80 +
300 m Hürden	Samstag	29.06.	M 60, M 65, M 70, M 75
400 m Hürden	Samstag	29.06.	M 30, M 35, M 40, M 45, M 50, M 55
4 x 100 m	Sonntag	30.06.	M 30/35, M 40/45, M 50/55, M 60/65, M 70/75 +
Hochsprung	Samstag	29.06.	M 30 +
Weitsprung	Sonntag	30.06.	M 30 +
Dreisprung	Samstag	29.06.	M 30 +
Kugelstoß	Samstag	29.06.	M 30 +
Diskuswurf	Samstag	29.06.	M 30 +
Speerwurf	Sonntag	30.06.	M 30 +
Hammerwurf	Sonntag	30.06.	M 30 +
Masters - Frauen			
100 m	Sonntag	30.06.	W 30 +
200 m	Samstag	29.06.	W 30 +
400 m	Sonntag	30.06.	W 30 +
800 m	Samstag	29.06.	W 30 +
1500 m	Sonntag	30.06.	W 30 +
5000 m	Samstag	29.06.	W 30 +
5000 m Bahngehen	Samstag	29.06.	W 30 +
80 m Hürden	Samstag	29.06.	W 40, W 45, W 50, W 55, W 60, W 65, W 70, W 75 +
100 m Hürden	Samstag	29.06.	W 30, W 35
200 m Hürden	Samstag	29.06.	W 70 +
300 m Hürden	Samstag	29.06.	W 50, W 55, W 60, W 65
400 m Hürden	Samstag	29.06.	W 30, W 35, W 40, W 45
4 x 100 m	Sonntag	30.06.	W 30/35, W 40/45, W 50/55, W 60/65, W 70/75 +
Hochsprung	Samstag	29.06.	W 30 +
Weitsprung	Sonntag	30.06.	W 30 +
Dreisprung	Samstag	29.06.	W 30 +
Kugelstoß	Samstag	29.06.	W 30 +
Diskuswurf	Samstag	29.06.	W 30 +
Speerwurf	Sonntag	30.06.	W 30 +
Hammerwurf	Sonntag	30.06.	W 30 +



Leichtathletik-Verband Brandenburg e.V.

Altersklassen:

In Einzelwettbewerben ist in allen Seniorenklassen ein Start nur in der eigenen Altersklasse möglich! Nur wenn eine Disziplin für die eigene Altersklasse nicht ausgeschrieben ist, ist eine Teilnahme in der nächstjüngeren Altersklasse möglich, in der diese Disziplin angeboten wird.

Hindernislauf, Hammerwurf:

Auf Grund der örtlichen, technischen Voraussetzungen kann kein Hindernislauf und kein Stabhochsprung auf dem Sportplatz in Rathenow durchgeführt werden.

NDM Masters Hindernislauf am 19. Mai 2024 in Zeven

NDM Masters Stabhochsprung am 25. Mai 2024 in Königs Wusterhausen

Sprunghöhen:

Für den Hochsprungwettbewerb werden die Anfangshöhen und Sprungfolgen so angepasst, dass im Laufe des Wettbewerbs die Qualifikationshöhen für die Deutschen Meisterschaften erreicht werden.

Hochsprung

Senioren M 30/35	1,41 – 1,46 – 1,51 – 1,54 – 1,57 – 1,60 – 1,63 – 1,66 – 1,68
Senioren M 40/45	1,31 – 1,36 – 1,41 – 1,46 – 1,51 – 1,54 – 1,57 – 1,60 – 1,63
Senioren M 50 – 60	1,14 – 1,19 – 1,24 – 1,29 – 1,34 – 1,37 – 1,40 – 1,43 – 1,46 – 1,49 – 1,51 – 1,53
Senioren M 65 – 75	1,00 – 1,05 – 1,10 – 1,13 – 1,16 – 1,19 – 1,22 – 1,25 – 1,28 – 1,30 – 1,33 – 1,35
Senioren M 80 +	0,82 – 0,87 – 0,90 – 0,93 – 0,95 – 0,98 – 1,01 – 1,03 – 1,05
Seniorinnen W 30/35	1,16 – 1,19 – 1,22 – 1,25 – 1,28 – 1,30 – 1,33 – 1,35 – 1,38
Seniorinnen W 40/45	1,05 – 1,10 – 1,13 – 1,16 – 1,19 – 1,22 – 1,25 – 1,28 – 1,30
Seniorinnen W 50/55	1,00 – 1,05 – 1,10 – 1,13 – 1,16 – 1,19 – 1,22 – 1,25
Seniorinnen W 60 +	0,82 – 0,87 – 0,90 – 0,93 – 0,95 – 0,98 – 1,01 – 1,03 – 1,05

Dreisprung:

13 m / 11 m / 9 m Absprungbalken vorhanden, andere gewünschte Absprungsflächen werden markiert.

Wettkampfgeräte:

Unter Voraussetzung einer vorherigen Prüfung ist die Benutzung eigener Geräte (IAAF Zertifikat nicht erforderlich) gestattet. Die **Überprüfung der Wettkampfgeräte erfolgt bis 60 min vor Wettkampfbeginn** an der Gerätekontrollstation.





NDLV

Norddeutsche Leichtathletik-Verbände

Zeitplan: Samstag, 29. Juni 2024

Zeit	Läufe			Diskus	Kugel	Drei	Hoch
11:00	110 m Hü	M 30, M 35	ZF	M 30 – M 45	M 50, M 55		
11:10	110 m Hü	M 40, M 45	ZF				
11:20	100 m Hü	M 50, M 55	ZF				M 65 – M 75
11:30	100 m Hü	M 60, M 65	ZF			M 30 – M 45	
11:35	100 m Hü	W 30, W 35	ZF				
11:40	80 m Hü	W 40, W 45	ZF				
11:50	80 m Hü	ab M 70	ZF				
12:00	80 m Hü	ab W 50	ZF				
12:15					M 60, M 65		
12:30	800 m	M 30 – M 45	ZF	M 50, M 55			ab W 60 ab M 80
12:40	800 m	M 50, M 55	ZF				
12:50	800 m	ab M 60	ZF			ab M 50	
13:00	800 m	W 30 – W 50	ZF				
13:10	800 m	ab W 55	ZF				
13:30	200 m	M 30, M 35	ZF		ab W 60		
13:40	200 m	M 40, M 45	ZF				
13:50	200 m	M 50, M 55	ZF				W 30 – W 55
14:00	200 m	M 60, M 65	ZF				
14:10	200 m	ab M 70	ZF				
14:20	200 m	W 30, W 35	ZF	M 60, M 65		ab W 30	
14:30	200 m	W 40, W 45	ZF				
14:40	200 m	W 50, W 55	ZF				
14:50	200 m	ab W 60	ZF		M 30 - M 45		
15:20	400 m Hü	M 30 – M 45	ZF				M 50 – M 60
15:25	400 m Hü	M 50, M 55	ZF				
15:30	400 m Hü	W 30 – W 45	ZF				
15:45	300 m Hü	M 60	ZF				
15:50	300 m Hü	M 65	ZF	ab M 70 ab W 60			
15:55	300 m Hü	M 70	ZF				
16:00	300 m Hü	W 50 – W 65	ZF				
16:10	200 m Hü	ab W 70 ab M 80	ZF		W 30 – W 55		
16:30	5000 m Bahngehen	ab W 30 ab M 30	ZF				M 30 – M 45
17:30	5000 m	M 30 – M 50	ZF				
18:10	5000 m	ab W 30 ab M 55	ZF	W 30 – W 55	ab M 70		



Leichtathletik-Verband Brandenburg e.V.



NDLV

Norddeutsche Leichtathletik-Verbände

Zeitplan: Sonntag, 30. Juni 2024

Zeit	Läufe			Weit 1	Weit 2	Speer	Hammer
10:30	100 m	M 30, M 35	ZF	W 30 – W 45	ab W 50	M 30 – M 45	W 30 – W 55
10:40	100 m	M 40, M 45	ZF				
10:50	100 m	M 50, M 55	ZF				
11:00	100 m	M 60, M 65	ZF				
11:10	100 m	ab M 70	ZF				
11:30	100 m	W 30, W 35	ZF				
11:40	100 m	W 40, W 45	ZF	M 30 – M 40	M 45 – M 55		
11:50	100 m	W 50, W 55	ZF				
12:00	100 m	ab W 60	ZF			M 50, M 55	M 60, M 65
12:40	1500 m	M 30, M 45	ZF				
12:50	1500 m	M 50, M 55	ZF				
13:00	1500 m	ab M 60	ZF				
13:20	1500 m	ab W 30	ZF			ab M 60	M 30 – M 55
13:50	4 x 100 m	ab M 30	ZF	M 60 – M 70	ab M 75		
14:00	4 x 100 m	ab W 30	ZF				
14:30	400 m	M 30, M 35	ZF				
14:40	400 m	M 40, M 45	ZF			ab W 30	
14:50	400 m	M 50, M 55	ZF				ab M 70 ab W 60
15:00	400 m	M 60, M 65	ZF				
15:10	400 m	ab M 70	ZF				
15:20	400 m	ab W 30	ZF				

Der Zeitplan kann nach Meldeschluss angepasst werden!



Leichtathletik-Verband Brandenburg e.V.