

8. LCZ - Hallenmeeting

Lauftunnel Stadion Letzigrund, Zürich
Samstag, 16. Januar 2016

- Veranstalter: Leichtathletik-Club Zürich
- Austragungsort: Lauftunnel, Stadion Letzigrund, Badenerstr. 500, 8048 Zürich
www.stadionletzigrund.ch
- Parkplätze: Sind in der Tiefgarage des Stadion Letzigrund verfügbar.
Hinweis: hohe Tarife ab der 3. Stunde!
- Durchführung: Gemäss WO und IWR
- Anmeldung: Nur ONLINE über das Anmeldetool von Swiss Athletics.
www.swiss-athletics.ch → Wettkämpfe → Online-Anmeldung
Um einen geregelten Ablauf zu garantieren sind die Teilnehmerfelder in den einzelnen Disziplinen begrenzt.
- Bezahlung des Startgeldes in bar am Wettkampftag**
- Anmeldeschluss: Montag, 11. Januar 2016 – 24:00 Uhr
- Nachmeldungen: Sind in den folgenden Disziplinen bis 60 Minuten vor dem Start gegen eine Zusatzgebühr von CHF 5.- pro Disziplin möglich.
- **60m Hürden U16M, U18M, U20M, M, U20W, W**
 - **Hochsprung ab 1,70m M / W**
 - **Kugel M / W**
 - **60m 2. Serie M / W**
- Wettbewerbe: **Hochsprung:** Anfangshöhe 1. Gruppe 1.45m (1.40m)
Anfangshöhe 2. Gruppe 1.70m (1.65m)
- Kugelstossen:** Es wird mit Hallenkugeln gestossen.
U16 bis U20: 4 Versuche
M + W: 6 Versuche
- Weitsprung:** 4 Versuche
- Startgeld: Erste Disziplin CHF 13.-
Jede weitere Disziplin CHF 9.-
- Essen / Trinken: Wir führen eine Festwirtschaft.
- Haftung: Für Unfälle, Diebstahl und sonstige Schäden übernimmt der Veranstalter keine Haftung
- Auskünfte: Marco Aeschlimann – 079 378 84 86 – marco.aeschlimann@lcz.ch

Definitiver Zeitplan:

(14.01.2016 MAA)

	Männlich	Technische Disziplin	Weiblich
09:45		Weitsprung M 4 Versuche	
10:00		Hochsprung M+W Ab 1,45m	
11:00		Weitsprung W 4 Versuche	
11:30		Hochsprung M+W Ab 1,70m	
12:10	60m Hü U20M		
12:15	60m Hü U18M		
12:20	60m Hü U16M		
12:35			60m Hü U20W
12:40			60m Hü U18W
12:50			60m Hü U16W
13:10	60m Hürden M		
13:15		Kugel U16M+W	
13:20			60m Hürden W
13:30	60m 1. Lauf (alle Kat.)		
14:20			60m 1. Lauf (alle Kat.)
14:45		Kugel U18/U20 M+W	
15:25	60m 2. Lauf (alle Kat.)		
16:15			60m 2. Lauf (alle Kat.)
16:15		Kugel M+W	

Höhensteigerungen

Hochsprung ab 1,45m: (1.40) / 1.45 / 1.50 / 1.55 / 1.60 / 1.65 / 1.68 + 3cm

Hochsprung ab 1,70m: (1.65) / 1.70 / 1.75 / 1.80 / 1.85 / 1.90 / 1.93 + 3cm