



Einladung und Ausschreibung (mit Senioren-Ak-Wertung)

Austragungsort:	Lennestadion Plettenberg, Wurfanlagen Anfahrt Am Hallenbad
Termin:	10.10.2009 ab 12.00 Uhr
Meldung:	bis Mittwoch 07.10.2009 (Posteingang) Reiner Rosga, Ohler Str.109, 58840 Plettenberg, Tel.:02391/51700 Fax:02391/913417 eMail: Reiner.Rosga@t-online.de
Nachmeldungen:	können am Wettkampftag bis 11 Uhr angenommen werden, wenn es der Zeitplan sowie die Teilnehmerzahlen zulassen. Tel.: 0160 8029812
Umkleide:	Im Eingangsbereich des Stadions
Meldegebühr:	(Sicherheitsnadeln werden nicht ausgegeben !!!) Schüler: 2,00 € Jugendliche: 2,50 € Erwachsene: 3,00 € Zuschlag für Nachmeldung: 1,00 € p.T.
Stellplatz:	Die Teilnehmer melden sich an den Anlagen.
Ergebnislisten:	Werden im Internet unter www.lg-ph.de veröffentlicht oder auf Wunsch gegen eine Gebühr von 3,00 € zugeschickt
Auszeichnungen:	die sechs Bestplacierten erhalten eine Urkunde
Siegerehrungen:	finden während der Veranstaltung im Stadion statt.
Haftung:	der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für Schadensfälle irgendwelcher Art.
Bestimmungen:	die Wettkämpfe werden unter der Aufsicht des DLV nach den neusten Bestimmungen der IWB durchgeführt.
	Wir wünschen allen Teilnehmern eine gute Anreise sowie viel Spaß und Erfolg
Veranstalter und Ausrichter:	LG Plettenberg/Herscheid

Achtung Wichtig ! Zeitplanänderungen: Änderungen des Zeitplans +/- 50 Min. sind möglich.

Anreise bitte entsprechend rechtzeitig einplanen !!

Werfertag



Zeit	W 12/13	M 12/13	W 14/15	M 14/15	WJB	WJA-Fr.	MJB	MJA-Mä.
11:30	Gewicht nur AK	.	Gewicht nur AK
12.00	Hammer 3kg W13	Hammer 3k	Hammer 3kg	.	Hammer 4kg	.	Kugel 5kg	Kugel 6/7,25kg
13.00	Kugel 3kg	Kugel 3kg	Kugel 3kg	Hammer 4kg	.	Hammer 4kg	.	.
13.30	Hammer 5kg	Hammer 6/7,25kg
14.00	.	.	.	Kugel 4kg	Kugel 4kg	Kugel 4kg.	.	.
14.30	Diskus 750gr	Diskus 750gr
15.00	.	.	Diskus 1kg	Diskus 1kg	Diskus 1kg	Diskus 1kg	.	.
15.30	Diskus 1,5 kg	Diskus 1,75/2kg