

**Nordrhein-Westfälische Jugendmeisterschaften**  
**Männliche und Weibliche Jugend U16 / U18 / U20**  
**im Rahmen der Ruhr Games**  
**21. / 22. / 23. Juni 2019 in Duisburg**

**Veranstalter** Leichtathletik-Verband Nordrhein e.V.  
**Ausrichter** LVN-Region Nord  
**Austragungsort** Leichtathletik-Stadion im Sportpark Wedau,  
 Kalkweg, 47055 Duisburg  
**Stabhochsprung:** Landschaftspark Duisburg-Nord  
 Emscherstraße 71, 47137 Duisburg

**Meisterschaftswettbewerbe / Mindestleistungen**

	<b>MJ U20</b>	<b>WJ U20</b>	<b>MJ U18</b>	<b>WJ U18</b>
100 m	11,45	12,75	11,55	12,75
200 m	23,40	26,20	23,90	26,90
400 m	52,20	61,00	53,25	62,30
800 m	2:01,00	2:22,00	2:04,00	2:24,00
1.500 m	4:15,00	5:08,00	4:26,00	5:20,00
3.000 m	9:20,00	11:05,00		
100m Hürden		16,40		16,40
110m Hürden	16,30		16,55	
400m Hürden	60,00	68,20	63,00	70,20
4 x 100 m	47,70	51,50	48,70	52,00
Hoch	1,84	1,58	1,78	1,58
Stabhoch	4,00	3,00	3,50	2,90
Weit	6,60	5,45	6,30	5,40
Drei	12,10	10,80	11,55	10,15
Kugel	12,60	11,00	13,50	11,55
Diskus	37,00	33,00	38,00	31,50
Speer	49,00	37,00	47,00	37,00

	<b>M15</b>	<b>W15</b>	<b>M14</b>	<b>W14</b>
100 m	12,20	13,20	12,75	13,30
300 m	39,50	44,10		
800 m	2:11,50	2:26,80	2:18,00	2:29,00
80m Hürden	12,30	12,85	13,00	13,10
300m Hürden	49,00	52,50		
4 x 100 m (U16)	50,40	52,60		
Hoch	1,68	1,54	1,60	1,52
Stabhoch	2,90	2,60	2,55	2,50
Weit	5,80	5,20	5,35	5,00
Drei	10,60	9,65		
Kugel	12,50	11,00	10,40	9,90
Diskus	38,00	28,00	29,00	23,50
Speer	43,00	33,50	35,00	30,00

## Sprunghöhen

<b>Hochsprung</b>	MJ U20:	1,74 m bis 1,84m alle 5 cm, dann alle 3 cm	
	WJ U20:	1,49 m bis 1,59m alle 5 cm, dann alle 3 cm	
	MJ U18:	1,70 m bis 1,80m alle 5 cm, dann alle 3 cm	
	WJ U18:	1,48 m bis 1,58m alle 5 cm, dann alle 3 cm	
	M15:	1,55 m bis 1,65 m alle 5 cm, dann alle 3 cm	
	M14:	1,50 m bis 1,60 m alle 5 cm, dann alle 3 cm	
	W15:	1,44 m bis 1,54 m alle 5 cm, dann alle 3 cm	
	W14:	1,39 m bis 1,49 m alle 5 cm, dann alle 3 cm	
	<b>Stabhochsprung</b>	MJ U20:	3,80 m bis 4,40 m alle 10 cm, dann alle 5 cm
		WJ U20:	2,80 m bis 3,70 m alle 10 cm, dann alle 5 cm
		MJ U18:	3,30 m bis 4,20 m alle 10 cm, dann alle 5 cm
		WJ U18:	2,70 m bis 3,40 m alle 10 cm, dann alle 5 cm
M15:		2,70 m bis 3,70 m alle 10 cm, dann alle 5 cm	
M14:		2,35 m bis 3,35 m alle 10 cm, dann alle 5 cm	
W15:		2,40 m bis 3,40 m alle 10 cm, dann alle 5 cm	
W14:		2,30 m bis 3,30 m alle 10 cm, dann alle 5 cm	

## Wettkampfstätten

Es stehen Dreisprungbalken bei 13 m, 11 m und 9 m (der Bereich 7 m wird eingezeichnet) zur Verfügung. Bei der Abgabe der Stellplatzkarte muss angegeben werden, von welchem Balken der Athlet springen wird:

MJ U20	11 m / 13 m	WJ U20	9 m / 11 m
MJ U18	9 m / 11 m	WJ U18	9 m / 11 m
M15	9 m / 11 m	W15	7 m / 9 m

## Wettkampfunterlagen / Stellplatz

Die Ausgabe der Wettkampfunterlagen erfolgt

**Freitag ab 12:30 Uhr, Samstag ab 9:30 Uhr, Sonntag ab 09:00 Uhr** im Stadiongebäude (1. Etage). Dort befindet sich auch der Stellplatz.

**Stabhochsprung: Startunterlagenausgabe, Stellplatzkartenabholung und -ausgabe erfolgt an der Wettkampfstätte im Landschaftspark Nord.**

## Meldungen / Meldeschluss

Online-Meldungen	:	<a href="https://lanet2.de">https://lanet2.de</a>
Meldeschluss	:	<b>Montag, 3. Juni 2019 !!!</b>
Organisationsbeiträge	:	<b>Einzel € 6,00 / Staffel € 9,00</b>

**Bitte beachten Sie den vorgezogenen Meldeschluss!**

## Anreisehinweise:

### Leichtathletik-Stadion

**Aus Richtung Norden/Nord-Ost:** A 3 und A 2 aus Richtung Emmerich/Arnheim (NL) und Hannover über Autobahnkreuz Duisburg-Kaiserberg in Richtung Köln bis Ausfahrt Duisburg-Wedau, dann Richtung Sportpark Wedau.

**Aus Richtung Osten:** A 40 aus Richtung Essen/Dortmund über Autobahnkreuz Duisburg, dann A 59 Richtung Düsseldorf (bzw. Duisburg-Süd), Abfahrt Wanheimerort. Unten links, die nächste Straße (Ampel) rechts und an der nächsten Einmündung direkt wieder links.

**Aus Richtung Süden:** A 3 aus Richtung Düsseldorf/Köln/Frankfurt bis Abfahrt Duisburg-Wedau, dann Richtung Sportpark Wedau.

**Aus Richtung Westen:** A 40 aus Richtung Krefeld/Venlo (NL) bis Autobahnkreuz Duisburg, dann A 59 Richtung Düsseldorf (bzw. Duisburg-Süd), Abfahrt Wanheimerort. Unten links, die nächste Straße (Ampel) rechts und an der nächsten Einmündung direkt wieder links.

### Landschaftspark Duisburg-Nord

<https://goo.gl/maps/vnec8LQmpcU2>

### Anmerkung

In Notfällen (z. B. Stau bei der Anreise etc.) steht am Veranstaltungstag folgende Rufnummer zur Verfügung: **0173 – 59 53 794**.

Der Ausrichter weist ausdrücklich darauf hin, dass Hunde auf dem Stadiongelande nicht erlaubt sind!

### Zusätzliche Informationen

Die diesjährigen NRW Jugendmeisterschaften Männliche und Weibliche Jugend U16/ U18 /U20 finden im Rahmen der Ruhr Games statt.

Daraus ergeben sich die Auslagerung der Disziplin Stabhochsprung in allen Altersklassen in den Landschaftspark Nord und der vorgezogene Wettkampfbeginn am Freitag für die Altersklasse U16. Genauere Informationen entnehmen Sie bitte dem Rahmenzeitplan. **Die Siegerehrung für den Stabhochsprung findet auf dem Center Court im Landschaftspark Nord zu den angegebenen Zeiten statt.**

Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer, Trainer und Betreuer sind herzlich eingeladen an dem abendlichen Rahmenprogramm der Ruhr Games ab 19 Uhr im Landschaftspark Nord teilzunehmen.

Darüber hinaus werden im Rahmen der Ruhr Games alle Erstplatzierten am Sonntag ab 19 Uhr im Landschaftspark Nord zusätzlich geehrt.

Allgemeine Informationen zu den Ruhr Games finden Sie hier: <http://www.ruhrgames.de>.

## Vorläufiger Rahmenzeitplan

(Änderungen bei den Disziplinen der U20 und U18 am Samstag und Sonntag sind möglich)

### Freitag

14:00-18:30 Uhr  
U16

### Samstag

11:00-18:00 Uhr  
U16/ U18/ U20

### Sonntag

10:30-18:00 Uhr  
U18/ U20

	MJ U20	WJ U20	MJ U18	WJ U18	M15	W15	M14	W14
100 m	SO	SO	SO	SO	SA	SA	SA	SA
200 m	SA	SA	SA	SA				
300 m					FR	FR		
400 m	SO	SO	SO	SO				
800 m	SA	SA	SA	SA	FR	FR	FR	FR
1.500 m	SO	SO	SO	SO				
3.000 m	SO	SO						
80m Hürden					FR	FR	FR	FR
100m Hürden		SA		SA				
110m Hürden	SA		SA					
300m Hürden					SA	SA		
400m Hürden	SA	SA	SA	SA				
4 x 100 m (U16)					SA	SA		
4 x 100 m	SO	SO	SO	SO				
Hoch	SO	SO	SO	SO	SA	SA	SA	SA
Stabhoch	SA	SA	SA	SA	FR	FR	FR	FR
Weit	SO	SO	SO	SO	SA	SA	SA	SA
Drei	SA	SA	SA	SA	FR	FR		
Kugel	SO	SO	SA	SA	FR	FR	FR	FR
Diskus	SO	SO	SO	SO	FR	FR	FR	FR
Speer	SA	SA	SA	SA	SA	FR	SA	FR