LAZ ISERLOHN

13. Sauerländer-LA-Nachwuchsmeeting am Donnerstag, 04. Juni 2026
mit Kreismeisterschaften der Jugend U14 – U16
und Förderwettkämpfen / Kreisbestenkämpfen der Kinder U12 + U10
der LA-Kreise Iserlohn und Dortmund

Kampfrichterbesprechung: 09:45 Uhr **Stand: 31.05.2026**

Zeit	W8	W9	W10	W11	W12	W13	W14	W15	M8	M9	M10	M11	M12	M13	M14	M15
10:30	4x50m								4x50m							
10:45			4x50m								4x50m		Kugel	Kugel	Weit 1	Weit 2
10:55					4x75m								4x75m			
11:00	Ball 1	Ball 2							Weit 3	Weit 4						
11:10							4x100m								4x100m	
11:15											Hoch	Hoch				
11:40													60mH	60mH		
11:45							Kugel	Kugel								

LAZ ISERLOHN

Zeit	W8	W9	W10	W11	W12	W13	W14	W15	M8	M9	M10	M11	M12	M13	M14	M15
12:00					60mH	60mH										
12:45			Weit 3	Weit 4			80mH	80mH			Ball 1	Ball 2	Weit 1	Weit 2	80mH	80mH
13:15									50m	50m						
13:30	50m	50m														
13:45					Kugel	Kugel									Hoch	Hoch
14:10									Ball 1	Ball 2						
14:15							Weit 1	Weit 2								
14:20											50m	50m				
14:30	Weit 3	Weit 4														
14:40			50m	50m												
15:10													75m	75m		
15:15			Hoch	Hoch												
Zeit	**W8**	**W9**	**W10**	**W11**	**W12**	**W13**	**W14**	**W15**	**M8**	**M9**	**M10**	**M11**	**M12**	**M13**	**M14**	**M15**

15:25					75m	75m										
15:45			Ball 1	Ball 2												
15:50															100m	100m
16:00					Weit 1	Weit 2	100m	100m			Weit 3	Weit 4				
16:15													Hoch	Hoch	Kugel	Kugel
16:45			800m	800m												
17:00											800m	800m				
17:15					Hoch	Hoch	Hoch	Hoch					800m	800m		
17:30					800m	800m										
17:45															800m	800m
18:00							800m	800m								

Es finden nur Zeitläufe statt; es beginnt jeweils der jüngere Jahrgang!

verbindliche Anfangshöhen Hochsprung:

WJ / MJ U12 (10 + 11)	0,80 m + 5 cm bis 1,00 m, dann 3 cm
MJ U14 (12 + 13)	1,10 m + 5 cm bis 1,30 m, dann 3 cm
MJ U16 (15 + 14)	1,25 m + 5 cm bis 1,45 m, dann 3 cm
WJ U14 (12 + 13)	1,10 m + 5 cm bis 1,30 m, dann 3 cm
WJ U16 (14 + 15)	1,20 m + 5 cm bis 1,30 m, dann 3 cm