

LSW / T V - H a h n e n b a c h

Samstag / Sonntag, 03.+04.Juli 2010 / 14:00/10:30 Uhr

1. Internationale Deutsche Meisterschaft und 2. Rheinland-Pfalz-Meisterschaften im Stoßer 5-Kampf

Beginn: 14:00 Uhr

Samstag, 03.07.: Kugelstoß links+rechts / Steinstoßen links+rechts / Shotorama

Jeder Teilnehmer nimmt automatisch auch an unserem 2. Kugelstoß-Meeting (DLV) teil, welches um 14:00 Uhr beginnt. Ein Zeitplan wird nach Eingang der Meldungen erstellt.

10. Internationale Deutsche Meisterschaften

Beginn: Sonntag, der 04.07.2009 um 10:30 Uhr

im LSW-Strongest Man/Woman

Diskus griechisch / Super-Heavy-Weight / Ultrastein

An dieser DM dürfen nur Athleten teilnehmen welche das 19. Lebensjahr vollendet haben.

Einlagewettbewerbe (Sonntag)

LSW Ultrasteinstoß-Duathlon

LSW Gewichtwurf 3-Kampf

LSW-Zweisprung aus dem Stand

LSW-Standweitsprung

ab ca. 10:30 Uhr

ab ca. 10:30 Uhr

ab ca. 10:30 Uhr

ab ca. 10:30 Uhr

9. Deutschland-Cup

LSW-Schottenhammerwurf nach Erwin Kolmar

Sonntag ab 15:00 Uhr

Sonntag, 04.07.2010

<u>Zeitplan:</u>	Gruppe A <u>Frauen</u>	Gruppe B <u>Männer < 50</u>	Gruppe C <u>Männer > 50</u>
10:30 Uhr	Diskus griech. Zweisprung a.d St Standweitsprung	Ultrasteine 25 / 50	Gewichte 25,4 / 10,0 / 7,5 / 5,0 / 3,0
11:10 Uhr	Ultrasteine 12,5 / 25 /	Gewichte 25,4 / 15,8 / 12,5	Diskus griech. Zweisprung a.d St Standweitsprung
11:50 Uhr	Gewichte 12,5 / 7,5 / 5,0 / 3,0	Diskus griech. Zweisprung a.d St Standweitsprung	Ultrasteine 12,5 / 25 / 50

Startgeld:	DM LSW Strongest Man / Woman	12,50 €
	DM LSW Stoßer 5-Kampf (incl. Shotorama)	12,50 €
	LSW Gewichtwurf 3-Kampf	6,25 €
	LSW Ultrasteinstoß-Duathlon	5,00 €
	LSW Zweisprung a.d. Stand	3,50 €
	LSW Standweitsprung	..3,50 €
	LSW Schottenhammer nach Kolmar	3,50 €

LSW-Startpassinhaber erhalten 20% Rabatt

Meldungen an: Turnverein Hahnenbach www.tvhahnenbach.de
Thomas Bertram **Email:** Th.Bertram@tvhahnenbach.de

Seltgesrech 1

Tel.: (0 67 52) 63 74

55606 Hahnenbach

Mobil: 0170 7 69 77 64

Meldeschluss: Donnerstag, [01.07.2009](#), Nachmeldungen möglich..... ☺

Für Unfälle, Diebstähle und ähnliche Vorkommnisse übernimmt der Veranstalter **keine Haftung**.
Für Speisen und Getränke wird gesorgt.

Hahnenbach, im April [2010](#)

1. Vorsitzender
Thomas Bertram