

57. Pokal der Freundschaft 2016

Datum: Donnerstag, 5. Mai 2016 12.30 Uhr
Veranstaltungsort: Dillingen (Saarland), Ensdorf (Hammerwerfen)
Ausrichter: SLB, TV Dillingen, Stadt Dillingen
Schiedsgericht: Gérard Burg, Monika Schwarz, Robert Wagner

Programm

Männer : 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 3000 m, 110 m Hürden,
Weitsprung, Hochsprung, Stabhochsprung, Kugel, Diskus, Speer,
Hammer, 4 x 100 m
Männliche Jugend : 110m Hürden (0,99m – 9,14m), Kugel (6kg), Hammer (6kg) –
Diskus (1,75kg)
Frauen : 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 3000 m, 100 m Hürden,
Weitsprung, Hochsprung, Stabhochsprung, Kugel, Diskus, Speer,
Hammer, 4 x 100 m

Teilnehmende Mannschaften

Saarland / Rheinland-Pfalz / Lothringen / Wallonie / Luxemburg / Elsass

Bahnverteilung (8 Rundbahnen)

In den Sprintentscheidungen (100m, 200m, 400m, 100/110m Hürden) werden die Bahnen gemäß den bei Meldeschluss angegebenen Bestzeiten verteilt. (Als Referenzperiode für die Bestleistungen gilt der Zeitraum vom 01.01.2015 bis 29.04.2016). Änderungen in diesem Bereich sind nach Meldeschluss nicht mehr möglich.

<i>Frauen und weibliche Jugend</i>	LOTH	RH-PF	LUX	SAAR	ELS	WALL
100 m Frauen	3	4	5	6	7	2
200 m Frauen	2	3	4	5	6	7
400 m Frauen	7	2	3	4	5	6
800 m Frauen	5+11	6+12	1+7	2+8	3+9	4+10
3000m Frauen	6+12	1+7	2+8	3+9	4+10	5+11
100 m Hürden Frauen	3	4	5	6	7	2
4 x 100 m Frauen	5	6	7	2	3	4
Weitsprung Frauen	3+9	4+10	5+11	6+12	1+7	2+8
Hochsprung Frauen	4+10	5+11	6+12	1+7	2+8	3+9
Stabhochsprung Frauen	5+11	6+12	1+7	2+8	3+9	4+10
Kugel Frauen	6+12	1+7	2+8	3+9	4+10	5+11
Diskus Frauen	1+7	2+8	3+9	4+10	5+11	6+12
Hammer Frauen	2+8	3+9	4+10	5+11	6+12	1+7
Speer Frauen	3+9	4+10	5+11	6+12	1+7	2+8

57. Pokal der Freundschaft 2016

<i>Männer und männliche Jugend</i>	LUX	SAAR	ELS	WALL	LOTH	RH-PF
100 m Männer	4	5	6	7	2	3
200 m Männer	5	6	7	2	3	4
400m Männer	6	7	2	3	4	5
800m Männer	5+11	6+12	1+7	2+8	3+9	4+10
3000m Männer	6+12	1+7	2+8	3+9	4+10	5+11
110m Hürden Männer	3	4	5	6	7	2
110m Hürden männliche Jgd	3	4	5	6	7	2
4 x 100m Männer	4	5	6	7	2	3
Weitsprung Männer	2+8	3+9	4+10	5+11	6+12	1+7
Hochsprung Männer	3+9	4+10	5+11	6+12	1+7	2+8
Stabhochsprung Männer	4+10	5+11	6+12	1+7	2+8	3+9
Kugel Männer	5+11	6+12	1+7	2+8	3+9	4+10
Diskus Männer	6+12	1+7	2+8	3+9	4+10	5+11
Hammer Männer	1+7	2+8	3+9	4+10	5+11	6+12
Speer Männer	2+8	3+9	4+10	5+11	6+12	1+7

Technische Einzelheiten

Männer + männliche Jugend:

Hochsprung (Anfangshöhe: 1.65m - 1.70m - 1.75m - 1.80m - 1.85m - 1.90m danach weiter mit 3 cm Steigerungen)

Stabhochsprung (Anfangshöhe 3,50m - 3,70m - 3,90m - 4,10m danach weiter mit 10 cm Steigerungen)

Frauen + weibliche Jugend :

Hochsprung (Anfangshöhe: 1.40m - 1.45m - 1.50m - 1.55m danach weiter mit 3 cm Steigerungen)

Stabhochsprung (Anfangshöhe 2,40 m - 2,60 m - 2,80 m - 3,00 m danach weiter mit 10 cm Steigerungen)

In allen anderen technischen Disziplinen hat jeder Athlet **6** Versuche.

Teilnahme

Teilnahmeberechtigt sind pro Verband und Disziplin 2 Athleten/innen von denen der (die) Beste gewertet wird (gilt auch für Staffeln).

Die in den Wettbewerben der männlichen Jugend erzielten Leistungen werden zur Erstellung der Gesamtwertung mit denen der Männer gewertet.

Teilnahme außer Wertung wird nicht zugelassen. (Ausnahme: Einlageläufe über 100m, 200m und 100/110m Hürden)

männliche Jugend: Jahrgänge 1997 bis 2000

Männer und Frauen: Jahrgang 1996 und älter

Mannschaftswertungen

2 getrennte Wertungen für Männer und Frauen, nach folgendem Punktesystem:

- | | |
|----------|----------|
| 1. Platz | 7 Punkte |
| 2. Platz | 5 Punkte |
| 3. Platz | 4 Punkte |
| 4. Platz | 3 Punkte |
| 5. Platz | 2 Punkte |
| 6. Platz | 1 Punkt |

57. Pokal der Freundschaft 2016

Kampfrichter

Jeder teilnehmende Verband sollte nach Möglichkeit dem Ausrichter zwei Kampfrichter zur Verfügung stellen. Diese sind mit der Mannschaftsaufstellung mit Namen und evtl. Einsatzgebiet zu melden.

Meldungen

Meldungen mit Angabe der Geburtsjahrgänge bis **spätestens Donnerstag 28. April 2016** an den

Saarländischen Leichtathletik-Bund
Hermann-Neuberger Sportschule 7
D-66123 Saarbrücken
Tel.: 0681-3879 272 oder 245
Fax: 0681-3879 268
Mail: slb@lsvs.de

Bitte dem Veranstalter spätestens bis zum Donnerstag, 28. April 2016 auch die Anzahl der für die Mannschaften zu reservierenden Abendessen mitteilen (Athleten, Begleiter und Kampfrichter). Die bestellten Abendessen werden zum Preis von 5,00€/Person in Rechnung gestellt.

57. Pokal der Freundschaft 2016

Datum: Donnerstag, 5. Mai 2016 12.30 Uhr

Veranstaltungsort: Dillingen (Saarland), Ensdorf (Hammerwerfen)

Zeitplan

Technische Besprechung 11:15 Uhr

Uhrzeit	Männer	Frauen
12:30	Hammer (+ mU20)	
13:50		Hammer
12:30	Hochsprung Stabhoch Speer	100m Hürden
12:40		100m Hürden Einlage
12:55	110m Hürden	
13:00	110m Hürden Einlage Männer	Weitsprung
13:15	110m Hürden mU20	
13:20	110m Hürden Einlage mU20	
13:30		100m
13:35		100m Einlage
13:40		Diskus
13:45	100m	
13:50	100m Einlage	
14:00	Kugel (+ mU20)	
14:05		400m
14:20	Weitsprung 400m	
14:30		Hoch 800m
14:45	800m	Stabhoch
14:50		Speer
15:00		200m
15:10		200m Einlage
15:15	200m	Kugel
15:25	200m Einlage	
15:30		Kugel
15:40		3000m
15:55	3000m	
16:00	Diskus (+ mU20)	
16:20		4x100m
16:30	4x100m	

Zeitplanänderungen vorbehalten (Stand 13.04.2016)