

**Leichtathletik Verein von 2007
Bad Harzburg e.V.**



1. Vorsitzender: Jörg Lehmann, Göttingeröder Str. 16, 38667 Bad Harzburg

**NLV Bezirk Braunschweig
&
LAV 07 Bad Harzburg**

präsentieren das

**9. Bad Harzburger Leichtathletikmeeting
mit Bezirksmeisterschaften Lauf 2**

Freitag, den 1. Mai 2026

- Elektronische Zeitmessung
- Attraktive Wettbewerbe
- Preisgünstige Verpflegung



Wettkämpfe:

Altersklasse	Wettbewerbe
M12, M13, W12, W13	60m H (76cm), Hochsprung
W14	80m H(76cm), 300m, Hochsprung
W15	80m H(76cm), 300m, Hochsprung, 1500m Hindernis (76cm), 300m Hürden (76cm), Dreisprung
M14	80m H(84cm), 300m, Hochsprung
M15	80m H(84cm), 300m, Hochsprung, 1500m Hindernis (76cm), 300m Hürden (84cm), Dreisprung
WU18	100m H (76cm), 800m, 5000m, 2000m Hindernis (76cm), 400m Hürden (76cm), Dreisprung, Hochsprung
WU20	100m H (84cm), 800m, 5000m, 3000m Hindernis (76cm), 400m Hürden (76cm), Dreisprung, Hochsprung
MU18	110m H (91cm), 800m, 5000m, 2000m Hindernis (84cm), 400m Hürden (84cm), Dreisprung, Hochsprung
MU20	110m H (99cm), 800m, 5000m, 3000m Hindernis (91cm), 400m Hürden (91cm), Dreisprung, Hochsprung
Frauen, Masters W30	100m H (84cm), 800m, 5000m, 3000m Hindernis (76cm), 400m Hürden (76cm), Dreisprung
Männer; Masters M30	110m H(107cm), 800m, 5000m, 3000m Hindernis (91cm), 400m Hürden (91cm), Dreisprung
Masters M35, M40, M45	110m H(99cm), 800, 5000m, 3000m Hindernis (84cm), 400m Hürden (91cm), Dreisprung
Masters M50, M55	100m H(91cm), 800m, 5000m, 3000m Hindernis (84cm), 400m Hürden (84cm), Dreisprung
Masters M60, M65	100m H(84cm), 800m, 5000m, 300m Hürden (76cm), Dreisprung, 2000m Hindernis (h=76cm)
Masters M70, M75	80m H (76cm), 800m, 5000m, Dreisprung
Masters W35	100m H(84cm), 800m, 5000m, 400m Hürden (76cm), 2000m Hindernis (76cm), Dreisprung
Masters W40, W45	80m H (76cm), 800m, 5000m, 400m Hürden (76cm), 2000m Hindernis (76cm), Dreisprung
Masters W50, W55	80m H(76cm), 800m, 5000m, 300m Hürden (76cm), 2000m Hindernis (76cm); Dreisprung
Masters W60, W65	800m, 5000m, Dreisprung
Masters W70, W75	800m, 5000m, Dreisprung

In den **rot markierten Disziplinen** finden gleichzeitig die Bezirksmeisterschaften des Bezirks Braunschweig statt. Teilnehmer außerhalb des Bezirks Braunschweig sind für alle Disziplinen herzlich willkommen und werden außerhalb der Bezirkswertung gewertet.

Vorläufiger Zeitplan:

Uhrzeit	Laufdisziplin	Altersklasse	Sprungdisziplin	Altersklasse
11:30	60m Hürden	M12, M13, W12, W13	Dreisprung	Alle männl. AK
11:50	80m Hürden	W14, W15, W40-W55, M70-M75		
12:10	80m Hürden	M14, M15	Hochsprung 1 Hochsprung 2	M12, M13 W12, W13
12:25	100m Hürden	WU20, Frauen, W30, W35, M60-M65		
12:40	100m Hürden	WU18, M50-M55		
12:55	110m Hürden	MU18	Dreisprung	Alle weibl. AK
13:10	110m Hürden	MU20, M35-M45		
13:20	110m Hürden	Männer, M30	Hochsprung 1 Hochsprung 2	M14, M15 W14, W15
13:30	300m	W14, W15		
13:40	300m	M14, M15		
13:50	Siegerehrung Kurzhürde & Hochsprung U14, Dreisprung männl. AK			
14:05	300m H	M15		
14:15	300m H	W15, W50-W55, M60- M65		
14:30	400m Hürden	WU18, WU20, Frauen, W30-W45		
14:45	400m Hürden	MU18, M50-M55	Hochsprung 1 Hochsprung 2	WU18, WU20 MU18, MU20
15:00	400m Hürden	MU20, Männer, M30- M45		
15:15	5000m*	Alle AK		
15:17	Siegerehrung 300m, 300H, Hoch U16, Dreisprung weibl. AK			
15:45	1500m Hi h=76cm	W15, M15		
15:55	2000m Hi h=76cm	WU18, W35-W55, M60 & älter		
16:10	3000m Hi h=76cm	WU20, Frauen, W30		
16:12	Siegerehrung 400m Hürden, Hochsprung U18, U20, 5000m			
16:30	800m	Alle weiblichen AK		
16:40	800m	Alle männlichen AK		
17:00	2000m Hi h=84cm	MU 18		
17:20	3000m Hi h=84cm	M35-55		
17:45	3000m Hi h=91cm	MU20, Männer, M30		
18:05	Siegerehrung Hindernisläufe, 800m			

Änderungen des Zeitplanes nach Meldeeingang wahrscheinlich. Bitte dazu unsere Homepage beachten!
rot= Wettbewerbe in Rahmen der Bezirksmeisterschaften

* bei hoher Teilnehmerzahl 2 Läufe; der zweite Lauf findet dann zwischen dem 3000m H der M35-M55 und 3000m Hindernislauf der Männer statt

Hinweise für Masters:

Senioren und Seniorinnen sind bei unserer Veranstaltung sehr willkommen. Wir haben einstellbare Hürdenhöhen im Bereich von 76cm bis 107cm zur Verfügung, d.h. wir können altersgerechte Langhürdenläufe für die Masters im Altersbereich M30 bis M65 und für Seniorinnen im Altersbereich W30 bis W55 anbieten. Wenn ältere Teilnehmer oder Teilnehmerinnen im Langhürdensprint starten möchten, müssen Sie dann leider über 76cm hohe Hürden laufen. Mit unserer elektronischen Zeitmessung können Qualifikationsnachweise für Landes- und Deutsche Meisterschaften erbracht werden.

Hinweise für Hindernisläufer:

Wir haben Hindernisse in **allen** Höhen zur Verfügung. Unser Wassergraben steht in der Zielkurve innen. Wir führen den Wettkampf nach den neuen Regeln mit den geänderten Hindernishöhen im Mastersbereich durch. Wegen des umfangsreichen Wettkampfprogramms auf der Laufbahn gelten für die Hindernisläufe folgende Zielschlusszeiten:

2000m Hindernis: 14 Minuten

3000m Hindernis: 18 Minuten.

Hinweise für Dreispringer:

Wir haben folgende Absprungbalken zur Auswahl: 7m, 9m, 11m und 13m.

Hinweise für Hochspringer:

Folgende Einstiegshöhen sind vorgesehen:

M12	1,05m + 5cm, ab 1,30m + 3cm
M13	1,10m + 5cm, ab 1,30m + 3cm
W12	1,00m + 5cm, ab 1,25m + 3cm
W13	1,05m + 5cm, ab 1,25m + 3cm
M14	1,25m + 5cm, ab 1,45m + 3cm
M15	1,30m + 5cm, ab 1,45m + 3cm
W14	1,20m + 5cm, ab 1,40m + 3cm
W15	1,25m + 5cm, ab 1,40m + 3cm
MU18	1,40m + 5cm, ab 1,60m + 3cm
MU20	1,40m + 5cm, ab 1,60m + 3cm
WU18	1,25m + 5cm, ab 1,45m + 3cm
WU20	1,25m + 5cm, ab 1,45m + 3cm

Startgebühren:

- Einzelstart Jugend U14, U16, U18 & U20: 2,50 €
- Einzelstart Frauen, Männer, Masters: 3,50 €

Meldung: www.ladv.de

Rückfragen: mail@lav07.de

Meldeschluss ist Montag, der 27.4. um 24:00 Uhr.

Es besteht keine Nachmeldemöglichkeit

Pro 5 Teilnehmer ist ein Kampfrichter oder Helfer namentlich zu benennen, der uns bei der Durchführung der Wettkämpfe tatkräftig unterstützt. Dazu sind 2 Zeitblöcke vorgesehen:

- 11:30 bis 15:00 Uhr
- 15:00 bis 17:30 Uhr

Wir bitten um Angabe, für welchen Zeitblock die Kampfrichter und Helfer zur Verfügung stehen.

Wettkampfstätte

Leichtathletikzentrum Harlingerode
Planstraße 22
38667 Bad Harzburg

Ergebnisliste

Die Ergebnisliste wird nach der Veranstaltung auf der Homepage www.lav07.de & www.ladv.de eingestellt.

Verpflegung

Wir bieten preisgünstig Kaffee, Kuchen, Salate und Würstchen an.

Haftung

Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für Unfälle, Diebstähle oder Schäden sonstiger Art.

Gleichzeitig mit der Meldung sind die Athleten damit einverstanden, dass Fotos in sozialen Medien (Homepage) veröffentlicht werden!

LAV 07 Bad Harzburg

Thomas Bertram, Sportwart