

1. Thalwiler Mehrkampfmeeting

Weisungen

1. Allgemeine Informationen

1.1. Anreise und Parkplätze

Den Athleten und Athletinnen stehen eine beschränkte Anzahl an Parkplätzen in der Nähe der Sportanlage Brand zur Verfügung.

Es wird empfohlen, mit dem ÖV anzureisen. Ab Bahnhof Thalwil oder Bahnhof Langnau-Gattikon Buslinien 140 und 240 bis zur Haltestelle «Gattikon, Gattikerhöhe».

Ab Thalwil:

- 13' und 43' (Bus 140, ab Thalwil Zentrum, Achtung: Haltestelle etwas verschoben wegen Baustelle)
- 04 (Postauto 240, ab Thalwil Bahnhof)

Ab Langnau-Gattikon Bahnhof:

- 05 und 35 (Bus 140)
- 43 (Postauto 240)



1.2. Garderoben & Duschen

Die Garderoben und Duschen für Frauen und Männer befinden sich im Untergeschoss der Sportanlage Brand.

1.3. Verpflegung

Es wird eine Festwirtschaft geführt.

1.4. Versicherung

Die Versicherung gegen Unfall und Diebstahl ist Sache der Athleten und Athletinnen. Der Veranstalter lehnt jede Haftung ab.

1.5. Auskunft

Homepage: <https://www.tvthalwil.ch/agenda/thalwiler-mehrkampfmeeting/>
Daniel Brun, mehrkampfmeeting@tvthalwil.ch

2. Weisungen an die Athleten und Athletinnen

2.1. Startnummern & Startgeld

Die Startnummer muss spätestens 60min vor Wettkampfbeginn bei der Startnummernausgabe abgeholt werden. Der Startnummerbezug gilt als Appell. Die Startnummer muss ungefaltet auf der Brust (Bei Vertikalsprüngen wahlweise auf Brust oder Rücken) getragen werden. Es wird nur eine Startnummer abgegeben, sie gilt für beide Tage.

Wir schicken nach dem Wettkampf eine Rechnung für die Startgelder. Keine Zahlung vor Ort!

2.2. Tenue Vorschriften

Die Athleten und Athletinnen müssen mit ihrem offiziellen Vereinsdress an den Start gehen. Besitzt ein Verein kein offizielles Tenue oder wird ein solches während des Wettkampfs durch äussere Einflüsse unbrauchbar, darf als Ersatz eine neutrale Wettkampfbekleidung ohne Aufschrift getragen werden.

Die Siegerehrung gilt als Teil der Wettkämpfe.

2.3. Lizenzkontrolle

Es findet keine Lizenzkontrolle statt. Die Lizenzkontrolle wird durch die Wettkampfssoftware von Swiss Athletics sichergestellt.

2.4. Coachingzonen

Es befinden sich auf der Anlage Coachingzonen, die nur von Personen genutzt werden dürfen, die Athleten und Athletinnen am Wettkampf betreuen.

2.5. Antreten zum Wettkampf

Die Athletinnen und Athleten besammeln sich spätestens 20 Minuten vor Beginn des Wettkampftages am Wettkampfplatz.

2.6. Vorbereitungszeit

1 Minute für alle Wettbewerbe gemäss IWR.

2.7. Anzahl Versuche in den technischen Disziplinen

Es haben alle Teilnehmer in den technischen Disziplinen 3 Versuche. Ausnahme: Im Hoch- und Stabhochsprung gemäss WO (3 Versuche pro Höhe) für die Athletinnen und Athleten U18 bis Aktive. Die Teilnehmer mit Kategorie U12 – U16 haben im Hochsprung insgesamt 9 Versuche (max. 3 Versuche pro Höhe)

Bei Kugel und Steinstossen wird jeder Versuch gemessen. Im Diskus und Speer wird der weiteste Versuch gesteckt und am Ende aller Versuche gemessen.

2.8. Benützung eigener Geräte

Folgende Geräte dürfen benützt werden: Stabhochsprungstäbe, Disken, Kugeln, Speere und Steine (Prüfung auf Platz). Alle Geräte müssen vor Wettkampfbeginn zur Prüfung bei der Gerätekontrolle vorgelegt werden. Es darf nur mit Geräten gestartet werden, die vom Veranstalter markiert worden sind. Die Athleten werden gebeten, soweit möglich eigene Geräte mitzubringen. Eigene Wettkampfgeräte (ausser Stäbe) müssen gemäss IWR allen Teilnehmenden zur Verfügung gestellt werden.

2.9. Wurfmehrkampf

Zusätzlich zu den normalen Mehrkämpfen findet ein Wurfmehrkampf in den Kategorien WOM und MAN statt. Jüngere Athletinnen und Athleten dürfen auch mit leichterem Gewicht ausser Konkurrenz

teilnehmen. Der Wurfmehrkampf besteht aus den 4 Disziplinen Speer, Kugel, Diskus und Steinstossen.

Gewichte:

WOM: Speer 600g, Kugel 4kg, Diskus 1kg, Steinstossen 6kg

MAN: Speer 800g, Kugel 7.26kg, Diskus 2kg, Steinstossen 12.5kg

2.10. Stundenmehrkampf

Es findet ebenfalls ein Stundenmehrkampf in den Kategorien WOM und MAN statt. Alle Athleten und Athletinnen haben genau eine Stunde Zeit, um den 7-Kampf durchzuführen. Die Reihenfolge der Disziplinen ist fix und darf nicht geändert werden. Die Startzeiten vom Hürdenlauf und dem 800m Lauf sind vorgegeben, die Startzeiten der technischen Disziplinen sind frei wählbar, dabei muss jedoch die Reihenfolge eingehalten werden! Der Start im 200m ist auch frei wählbar. Es findet alle 5 min (Beispiel: 10:05, 10:10 etc.) ein möglicher Start im 200m statt.

Jeder Athlet und jede Athletin hat maximal 2 Probeversuche in den technischen Disziplinen. Im Kugelstossen, Speer und Weitsprung haben alle maximal 3 Versuche. Hochsprung ist unbegrenzt, es gilt jedoch: maximal 3 Versuche pro Höhe. Der Start für den 800m Lauf findet exakt 60min nach Start des Hürdenlaufs statt.

Disziplinen WOM:

1. 100mH (84.0)
2. Hoch
3. Kugel (4kg)
4. 200m
5. Weit
6. Speer (600g)
7. 800m

Disziplinen MAN:

1. 110mH (106.7)
2. Hoch
3. Kugel (7.26kg)
4. 200m
5. Weit
6. Speer (800g)
7. 800m

2.11. Siegerehrungen

Die Siegerehrungen finden ca. 30 Minuten nach Beendigung des betreffenden Mehrkampfes statt. Die drei Erstplatzierten erhalten einen Preis.

3. Technische Informationen

3.1. Sprunghöhen Hochsprung

WOM: bis 1.50m je 5cm, dann 3cm

MAN: bis 1.80m je 5cm, dann 3cm

Diese Schritte gelten so für alle Alterskategorien.

3.2. Sprunghöhen Stabhochsprung

MAN: bis 4.60m je 20cm, dann 10cm

3.3. Weitsprung

Zone:

U12W, U12M, U14W, U14M

Balken:

U16W, U16M, U18W, U18M, U20W, U20M, WOM, MAN

3.4. Gewichte

WOM: Kugel 4kg, Speer 600g

WU20: Kugel 4kg, Speer 600g

WU18: Kugel 3kg, Speer 500g

WU16: Kugel 3kg

WU14: Kugel 3kg

WU12: Kugel 2.5kg

MAN: Kugel 7.26kg, Diskus 2kg, Speer 800g

MU20: Kugel 6kg, Diskus 1.75kg, Speer 800g

MU18: Kugel 5kg, Diskus 1.5kg, Speer 700g

MU16: Kugel 4kg, Diskus 1kg

MU14: Kugel 3kg

MU12: Kugel 2.5kg