



11. LCZ - Hallenmeeting

Lauftunnel Stadion Letzigrund, Zürich
Samstag, 12. Januar 2019

Veranstalter	Leichtathletik-Club Zürich
Austragungsort	Lauftunnel, Stadion Letzigrund, Badenerstr. 500, 8048 Zürich www.stadionletzigrund.ch
Parkplätze	Sind in der Tiefgarage des Stadion Letzigrund verfügbar. Hinweis: hohe Tarife ab der 3. Stunde! Alternativen: Parkhaus Letzipark oder Hardau
Durchführung	Gemäss WO und IWR
Anmeldung	Nur ONLINE über das Anmeldetool von Swiss Athletics. Um einen geregelten Ablauf zu garantieren sind die Teilnehmerfelder in den einzelnen Disziplinen begrenzt.
Startgeld	<u>Bezahlung via E-Payment oder in bar am Wettkampftag!</u>
Anmeldeschluss	Dienstag, 8. Januar 2019 – 24:00 Uhr
Nachmeldungen	Sind bis 60 Minuten vor dem Start gegen eine Gebühr von CHF 5.- pro Disziplin möglich, sofern noch Platz in den Serien ist.
Wettbewerbe	Hochsprung: Gruppe 1: Anfangshöhe 1,40m Gruppe 2: Frauen 1,60m, Männer 1,70m Kugelstossen: Es wird mit Hallenkugeln gestossen. U16 bis U20: 4 Versuche M + W: 6 Versuche Weitsprung: 4 Versuche
Startgeld	Erste Disziplin CHF 13.- / Jede weitere Disziplin CHF 9.-
Essen und Trinken	Wir führen eine Festwirtschaft.
Haftung	Für Unfälle, Diebstahl und sonstige Schäden übernimmt der Veranstalter keine Haftung.
Auskünfte	Marco Aeschlimann – 079 378 84 86 – marco.aeschlimann@lcz.ch

Provisorischer Zeitplan

(22.11.2018 MAA)

		Techn. Disziplinen	
10:00		Weitsprung M 4 Versuche	
10:00		Hochsprung Gr. 1 M+W Ab 1,40m	
11:10		Weitsprung W 4 Versuche	
11:30		Hochsprung Gr. 2 M+W M ab 1,70m / W ab 1,60m	
12:10	60m Hü U20M		
12:15	60m Hü U18M		
12:20	60m Hü U16M		
12:35			60m Hü U20W
12:40			60m Hü U18W
12:45			60m Hü U16W
13:00	60m Hürden M	Kugel U16 M+W	
13:10			60m Hürden W
13:20	60m 1. Lauf		
14:20			60m 1. Lauf
14:30		Kugel U18/U20 M+W	
15:30	60m 2. Lauf		
16:15		Kugel M+W	60m 2. Lauf

Höhensteigerungen

Hochsprung ab 1,40m

1,40 / 1,45 / 1,50 / 1,55 / 1,60 / 1,65 / 1,68 + 3cm

Hochsprung ab 1,70m

1,60 / 1,65 / 1,70 / 1,75 / 1,80 / 1,85 / 1,90 / 1,93 + 3cm