

2. Masters- Winterwurf- Schweizer- Meisterschaft

Masters-Winter-Wurf-Fünfkampf und lange Würfe Hammer, Diskus, Speer

Wo: Luzern, Wurfanlagen Allmend, Sonntag, 19. März 2023.
Wer: LC Luzern und swiss masters athletics SMA – Pino Pilotto pino.pilotto@bluewin.ch
Was: Masters-Wurf-Fünfkampf [TP]: Hammer [HT], Kugel [SP], Diskus [DT], Speer [JT], Wurfgewicht [WT].
 Masters-Lange Würfe [LW]: Hammer [HT], Diskus [DT], Speer [JT], integriert in den Wurffünfkampf.
Wie: Wer vom Wurffünfkampf an den langen Wurfen teilnimmt, hat weitere drei Versuche pro (Lang-) Wurfgerät (Präzisierung: Für den TP zählen nur die ersten drei Würfe).

Teilnahme- und titelberechtigt: swiss-athletics-Lizenzierte ab W/M 30.

Preis- resp. medaillenberechtigt: SMA-Mitglieder

Standards für Titel und Preise: siehe Tabelle unten

Anmeldung: Anmeldetool von swiss athletics (für lange Würfe nur eigenes Kategoriengewicht ankreuzen!)

Meldefrist: Sonntag, 12. März 2023, 24Uhr.

Startgeld: Wurf-Fünfkampf Fr. 25.-;
 Wurffünfkampf plus lange Würfe: Fr. 25.- + 5.- jeder lange Wurf;
 Nur lange Würfe: Fr. 10.- jeder lange Wurf
 Bezahlen vor Ort.

Möglichst eigene Geräte mitnehmen!

Die Gruppeneinteilung in Gruppe A oder B erfolgt erst nach Meldeschluss.

Provisorischer Zeitplan

Ab 9:00 Bezahlen des Startgeldes und Gerätekontrolle			
Ab 9:30 Aufwärmen jeweils ausserhalb der Wettkampfanlagen			Aufwärmen HT A
10:30 - 11:15 HT A 2 Probe; 3 Versuche TP/LW; +3 Versuche LW;			messen Aufwärmen HT B
11:15 - 12:00 HT B 2 Probe; 3 Versuche TP/LW; +3 Versuche LW;			messen Pause/Aufwärmen SP A HT-Einlage out
12:00 - 12:30 SP A 2 Probe; 3 Versuche TP/LW;			messen Pause/Aufwärmen SP B
12:30 - 13:00 SP B 2 Probe; 3 Versuche TP/LW;			messen Pause/Aufwärmen DT A SP räumen
13:00 - 13:45 DT A 2 Probe; 3 Versuche TP/LW; +3 Versuche LW;			messen Pause/Aufwärmen DT M
13:45 - 14:30 DT B 2 Probe; 3 Versuche TP/LW; +3 Versuche LW;			messen Pause/Aufwärmen JT W HT-Einlage in
14:30 - 15:00 JT A 2 Probe; 3 Versuche TP/LW; +3 Versuche LW;			messen Pause/Aufwärmen JT M
15:00 - 15:30 JT B 2 Probe; 3 Versuche TP/LW; +3 Versuche LW;			messen Pause/Aufwärmen WT W JT räumen
15:30 - 16:00 WT A 2 Probe; 3 Versuche TP/LW;			messen Pause/Aufwärmen WT M
16:00 - 16:30 WT B 2 Probe; 3 Versuche TP/LW;			messen Auswertung; Abräumen
16:30 Siegerehrung; ungezwungenes Beisammensein.			

Standards M	M30	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80
Discus Throw 2kg	35.00	33.00	31.00	30.00							
Discus Throw 1,5kg					34.00	31.00					
Discus Throw 1kg							33.00	30.00	27.00	24.00	18.00
Javelin Throw 800g	48.00	45.00	42.00	38.00							
Javelin Throw 700g					38.00	35.00					
Javelin Throw 600g							35.00	31.00			
Javelin Throw 500g									28.00	23.00	
Javelin Throw 400g											20.00
Hammer Throw 7,26kg	40.00	38.00	35.00	32.00							
Hammer Throw 6kg					35.00	31.00					
Hammer Throw 5kg							35.00	30.00			
Hammer Throw 4kg									34.00	27.00	
Hammer Throw 3kg											20.00
Combined Events	M30	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80
Throwing-Pentathlon _{wma2023}	2400	2400	2400	2400	2600	2600	2800	2800	2800	2800	2800
Standards W	W30	W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70	W75	W80
Discus Throw 1kg	30.00	29.00	27.00	25.00	23.00	21.00	19.00	17.00	15.00		
Discus Throw 750g										17.00	13.00
Javelin Throw 600g	30.00	29.00	27.00	25.00							
Javelin Throw 500g					25.00	23.00	21.00	19.00	17.00		
Javelin Throw 400g										17.00	13.00
Hammer Throw 4kg	30.00	29.00	27.00	25.00							
Hammer Throw 3kg					25.00	23.00	21.00	19.00	17.00		
Hammer Throw 2kg										17.00	13.00
Combined Events	W30	W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70	W75	W80
Throwing-Pentathlon _{wma2023}	2200	2200	2200	2200	2200	2200	2300	2300	2400	2400	2400