

Hallensportfest des OSC Bremerhaven

für Schüler und Schülerinnen A - D
in den Sporthallen des Nordsee-Stadions, Bremerhaven
am Sonnabend, 18. März 2006

M 8 u. jg., M 9:	60 m, 60 m Hürden, Weitsprung
M10, M11:	60 m, 60 m Hürden, Weitsprung
M12, M13:	60 m, 60 m Hürden, Kugel
M14, M15:	60 m, 60 m Hürden, Kugel
W 8 u. jg., W 9:	60 m, 60 m Hürden, Weitsprung
W10, W11:	60 m, 60 m Hürden, Weitsprung
W12, W13:	60 m, 60 m Hürden, Kugel
W14, W15:	60 m, 60 m Hürden, Kugel

Die Sporthallen sind mit einem Schwingboden und einer, für Sporthallen üblichen PVC-Oberfläche ausgestattet, so dass Hallensportschuhe erforderlich sind. Die Weitsprunganlage ist mit einem Tartananlauf ausgestattet und damit die Benutzung von Spikes (max. 6 mm) möglich. Für das Kugelstoßen steht ein Ring (Holzoberfläche) mit Stoßbalken zur Verfügung. Die Hürden für die C- und D-Schüler/innen bestehen aus Bananenkartons, die für die D-Schüler/innen flach und für die C-Schüler/innen hochkant aufgestellt werden. Es gelten die Hürdenabstände der B-Schüler/innen.

Weitsprung, Kugel:	3 Versuche
Läufe:	Hallenschuhe, elektronische Zeitmessung
Meldeschluss:	15. März 2006
Meldegebühren:	1,50 € pro Disziplin
Meldeanschrift:	Roland Koppe, Nordstr. 45, 27580 Bremerhaven, Fax 84587 Email: roland.koppe@gmx.de

[Zurück zur Startseite](http://klaus-michalski.info) (klaus-michalski.info)

[Zurück zur Startseite](http://klaus-michalski.de) (klaus-michalski.de)

Uhrzeit	60 m	60 m Hürden	Weitsprung	Kugelstoßen
13.30	M 12, M 13		M 8 u. jg., M9	M 14, M 15
13.40	M 10, M 11			
13.50	W 12, W 13			
14.00	W 8 u. jg., W 9			
14.10	W 14, W15			M 12, M 13
14.20	W 10, W 11		W 8 u. jg., W 9	
14.30	M 14, M 15			
14.40	M 8 u. jg., M 9			
14.50		W 12, W 13		W 14, W 15
15.00		M 12, M 13		
15.10		W 14, W 15	M 10, M 11	
15.20		M 14, M 15		
15.30		W 10, W 11		W 12, W 13
15.40		W 8 u. jg., W 9		
15.50		M 8 u. jg. M 9		
16.00		M 10, M 11	W 10, W 11	

Termine 2006

07.05.	8. Seemeile Das Familienlaufereignis einmalig direkt am Weserstrom. Vom Kinderlauf über ca. 400 Meter bis zum Halbmarathon
11.06.	OSC – Werfertag mit den Disziplinen Kugelstoß, Speerwurf, Diskuswurf und Hammerwurf. Offen für alle Altersklassen ab SB, SiB
23.06.	Nordsee-Lauf – Etappe Bremerhaven über 6 sm (ca. 11,1 km)
23.07.	2. City-Marathon Bremerhaven Premiere für Bremerhaven: Der Stadt – Marathon direkt durch die Seestadt. Mit Halbmarathonlauf und -skating, 10-Kilometer und Mini-Marathon für die Jüngsten
27.08.	Kreismeisterschaft „Lauf“ 2000m, 3000m, 5000m mit Rahmenwettkampf über 800 und 1000 m.
06.09.+ 13.09. + 20.09. + 27.09.	OSC-Werfertage. Auf der Wurfanlage „Großer Westring“ Alle Wurf- und Stoßdisziplinen für M/F und Senioren/-innen
03.10.	9. Weser-Hering-Staffel 65 Kilometer Freistaffel von Bremerhaven nach Bremen – Vegesack. Staffeln von 4 – 9 Läufer teilen sich frei ihre individuelle Laufstrecke.
22.10.	8 OSC Marathon Marathon, Halbmarathon und 10 km-Distanz vom Nordsee-Stadion durch Speckenbüttel und Langen. Auf max. 150 Teilnehmer beschränkt.
02.12.	9. Adventssportfest Wurf-, Lauf- und Sprungdisziplinen für Schüler/innen
17.12.	22. OSC-Vorsilvesterlauf Straßen- und Volkslauf über 5 und 10 Kilometer – bestenlistenfähig - . Der traditionelle Lauf kurz vor Weihnachten über 2,6 km, 5 km und 10 Kilometer. Mit viel Weihnachtsatmosphäre und großer Tombola