

# Rheinland-Pfalz-/Rheinland-Meisterschaften Langstaffel

Termin:	Sonntag, 16. April 2023
Ort:	56132 Bad Ems, Insel Silberau, Stadion Silberau
Veranstalter:	ARGE LAV Rheinland-Pfalz
Ausrichter:	Leichtathletik-Verband Rheinland
Örtl. Ausrichter:	TV 1861 Bad Ems
Meldungen über:	LADV: <a href="https://ladv.de/">https://ladv.de/</a> oder Fax: 0261/135282, Mail: <a href="mailto:info@LVRheinland.de">info@LVRheinland.de</a> Rheinessen und Pfalz über lanet3.de
Meldeschluss:	07. April 2023 (Eingang)

In Notfällen (z.B. Stau bei der Anreise) steht am Veranstaltungstag die Rufnummer 0171/2712092 zur Verfügung.

## Wettbewerbe und Zeitplan

Zeit	Strecke	Klasse	
11:00	50m	WK U12	Rahmenwettbewerb
11:15	50m	MK U12	Rahmenwettbewerb
11:30	75m	MJ U14	Rahmenwettbewerb
11:45	75m	WJ U14	Rahmenwettbewerb
12:00	6x50m	Kinder U12	Rahmenwettbewerb
12:15	4x75m	MJ U14	Rahmenwettbewerb
12:30	4x75m	WJ U14	Rahmenwettbewerb
12:45	4x400m	Frauen/WJ U20	
13:00	4x400m	Männer/MJ U20	
13:15	4x400m	Mixed	
13:30	3x800m	MJ U14	
13:45	3x800m	WJ U14	
14:00	3x800m	WJ U16/WJ U18	
14:15	3x800m	Frauen/WJ U20	
14:30	3x1000m	MJ U16/MJ U18	
14:45	3x1000m	Männer/MJ U20	

Startgeld Rahmenwettbewerbe: Einzel 4,00 €  
Staffel 6,00 €