

Ausschreibungen 2024



Sonntag	4. Februar	42. Pokal-Crosslauf
Sonntag	5. Mai	Bahneröffnung Höxter
Freitag	15. November	19. Flutlicht-Crosslauf

Informationen zu unseren Sportfesten

Allgemeines:

Veranstalter und Ausrichter sind die Leichtathletikfreunde Lüchtringen 1983 e.V.
Die Veranstaltungen sind vom DLV genehmigt und stehen unter amtlicher Aufsicht.
Die Wettkämpfe werden nach den IWB und der DLO ausgetragen.
Der Veranstalter und Ausrichter übernimmt keine Haftung für Schäden irgendwelcher Art.

Meldungen:

Online: www.lf-luechtringen.de
DLV-Meldebogen:
Anschrift: Christopher Surmann
Braunschweiger Straße 28
37671 Höxter
eMail: christopher.surmann@ssv-hoexter.de
Rückfragen telefonisch: 0177 43 06 222

Meldeschluss:

Fünf Tage vor der jeweiligen Veranstaltung.
Nachmeldungen sind bis **45 Minuten** vor dem Start möglich.

Startgebühren online auf LFL-Anmeldebogen über www.lf-luechtringen.de
Frauen/Männer 3,50€, U20 / U18 3,00€, U16 und jünger 2,00€

Alternativ über DLV-Meldebogen bzw. Email/Telefon zzgl. 0,50€/Teilnehmenden
Nachmeldungen am Veranstaltungstag zusätzlich 3,00 €

Ergebnislisten 3,00€ (incl. Porto) oder unter www.lf-luechtringen.de

Auszeichnungen:

Urkunden für alle Teilnehmer
In den Klassen U16 bis U10 findet eine getrennte Jahrgangsklassenwertung statt,
bei den Senioren eine getrennte Altersklassenwertung.

Wir wünschen allen Teilnehmenden und Betreuenden eine gute Anreise und viel Erfolg bei den Wettkämpfen der **Leichtathletikfreunde Lüchtringen**.

LFL-Anmeldebogen für unsere Veranstaltungen

exemplarisch ausgefüllt

Meldeverantwortlich:

Name: Christopher Surmann

Telefon: 01774306222 **Email:** meldung@lf-luechtringen.de

bitte mit folgenden Kürzeln melden für den **Pokal-Cross:**

Disziplin Kürzel	Disziplin Langform	Altersklasse
CLK	Crosslauf Kurzstrecke 430m/860m	W/M U10
CRL	Crosslauf 1400m	W/M U12-U14
CLM	Crosslauf Mittelstrecke 2700m	W/M U16 und älter
CLL	Crosslauf Langstrecke 7900m	W/M U18 und älter

Nachname	Vorname	Geburtsjahr	AK	Geschlecht	Verein	Disziplin
Surmann	Christopher	2015	MK u10	m	LF Lüchtringen	CLK
Surmann	Christopher	2008	MJ u16	m	LF Lüchtringen	CRL
Surmann	Christopher	1989	M30	m	LF Lüchtringen	CLM
Surmann	Christopher	1989	M30	m	LF Lüchtringen	CLL

bitte mit folgenden Kürzeln melden für die **Bahneröffnung:**

Disziplin Kürzel	Disziplin Langform	Altersklasse
50M/75M/100	50m/75m/100m Sprint	W/M U10+12/U14/U16 und älter
800	800m Mittelstrecke	Alle
3KO	3000m Mittelstrecke	W/M U16 und älter
WEZ	Weitsprung (MIT Zone)	W/M U10+12
WEI	Weitsprung (OHNE Zone)	W/M U14 und älter
SCH	Schlagball (80gr)	W/M U10+12
BAL	Ballwurf (200gr)	W/M U14
KUG	Kugelstoßen	W/M U16 und älter

Nachname	Vorname	Geburtsjahr	AK	Geschlecht	Verein	Disziplin
Surmann	Christopher	2015	MK u10	m	LF Lüchtringen	50M
Surmann	Christopher	2015	MK u10	m	LF Lüchtringen	WEZ
Surmann	Christopher	2008	MJ u16	m	LF Lüchtringen	KUG
Surmann	Christopher	1989	M30	m	LF Lüchtringen	3KO

bitte mit folgenden Kürzeln melden für den **Flutlichtcross:**

Disziplin Kürzel	Disziplin Langform	Altersklasse
CLK	Crosslauf Kurzstrecke 1400m	W/M U10-U16
CRL	Crosslauf 2700m	W/M U14-16
CLM	Crosslauf Mittelstrecke 4000m	W/M U18 und älter
CLL	Crosslauf Langstrecke 7900m	W/M U18 und älter

Nachname	Vorname	Geburtsjahr	AK	Geschlecht	Verein	Disziplin
Surmann	Christopher	2015	MK u10	m	LF Lüchtringen	CLK
Surmann	Christopher	2008	MJ u16	m	LF Lüchtringen	CRL
Surmann	Christopher	1989	M30	m	LF Lüchtringen	CLM
Surmann	Christopher	1989	M30	m	LF Lüchtringen	CLL

42. Pokal – Crosslauf und Ostwestfälische Crossmeisterschaften Sonntag, 04. Februar 2024

Wettbewerbs-/ Altersklassen

11:20 Uhr	Trimmlauf Weibliche / Männliche Kinder U8 W/M 7 und jünger	430m	Sportplatz/ Umgebung
11:30 Uhr	Weibliche Kinder U10 W9 und jünger	860 m	Sportplatz/ Umgebung
11:40 Uhr	Männliche Kinder U10 W9 und jünger	860 m	Sportplatz/ Umgebung
11:50 Uhr	Weibliche Kinder U12 W 10 / W11	1400 m	1 Crossrunde
12:05 Uhr	Männliche Kinder U12 M 10 / M11	1400 m	1 Crossrunde
12:20 Uhr	Weibliche Jugend U14 W 12 / W13	1400 m	1 Crossrunde
12:35 Uhr	Männliche Jugend U14 M 12 / M13	1400 m	1 Crossrunde
13:00 Uhr	Weibliche / Männliche Jugend U 16 W14 / W15 und M14 / M15	2700 m	2 Crossrunden
13:20 Uhr	Männlich/Weibliche Jugend U20-U18 Männer/Frauen alle Altersklassen	2700 m	2 Crossrunden
13:40 Uhr	Männlich/Weibliche Jugend U20-U18 Männer/Frauen alle Altersklassen	7900 m	6 Crossrunden

Veranstalter:

Leichtathletikfreunde Lühtringen 1983 e.V.

Ort:

Lühtringen im Solling – Crosspark und dem Sportplatzgelände.

Lühtringen liegt zwischen den Städten Höxter und Holzminden.

Umkleide und Duschen:

In der Nähe des Sportplatzes.

Strecke:

Start und Ziel befinden sich im Sollingstadion. Die Strecke führt über parkähnliche Waldwege in einem profilierten Gelände. Spikes können benutzt werden.

Mannschafts-Pokale in den Klassen U10 – U16

W/M Kinder U10 ist ein Rahmenwettbewerb.

Der Trimmlauf ist ein Einlagelauf der Leichtathletikfreunde Lühtringen und kein offizieller Wettbewerb.

Jeder Teilnehmende erhält eine Urkunde.

Bahneröffnung

Sonntag, 05. Mai 2024

Höxter – Weserkampfbahn

Bei den Läufen unbedingt die Bestzeit angeben

Wettbewerbe:

Kinder M/W U10, 9Jahre und jünger:	50m, Weitsprung (Zone), Schlagball, 800m
Kinder M/W U12, 11 und 10 Jahre:	50m, Weitsprung (Zone), Schlagball, 800m
Jugend M/W U14, 12 und 13 Jahre:	75m, Weitsprung, Ballwurf, 800m
Jugend M/W U16, 14 und 15 Jahre:	100m, Weitsprung, Kugel, 800m, 3000m
Jugend M/W U18, 16 und 17 Jahre:	100m, Weitsprung, Kugel, 800m, 3000m
Jugend M/W U20, 18 und 19 Jahre:	100m, Weitsprung, Kugel, 800m, 3000m
Männer und Frauen mit Altersklasse:	100m, Weitsprung, Kugel, 800m, 3000m

Veranstalter:

Leichtathletikfreunde Lüchtringen 1983 e.V.

Anlage:

Die Weserkampfbahn in Höxter ist mit Kunststoff ausgelegt. Dornenlänge max. 6 mm

Umkleide und Duschen:

Im Stadion

Auszeichnungen:

Für jeden Teilnehmenden eine Urkunde

Zeitplan Bahneröffnung Sonntag, den 05. Mai 2024 in Höxter

Uhrzeit	Kinder U 10 M9/8	Kinder U 10 W9/8	Kinder U 12 M11/10	Kinder U 12 W11/10	Kinder U 14 M13/12	Kinder U 14 W13/12	Jugend U16 M15/14	Jugend U 16 W15/14	Männl. Jugend U20/18	Weibl. Jugend U20/18	Männer + AK.	Frauen + AK.
13:00	50 m				Weit II	Ball	Weit II	Weit I	Kugel	Weit I	Kugel	Weit I
13:15	Weit III	50 m										
13:30			50 m									
13:45				50 m								
14:00			Ball									
14:05					75 m							
14:15		Weit III		Weit II		75 m						
14:20							100 m(1)	100m(2)				
14:30	Ball II								100m(1)		100m (2)	
14:45					Ball					100 m		100m (2)
15:00												
15:15		Ball II	Weit II						Weit I		Weit I	
15:30				Ball		Weit III						
15:50	800 m						Kugel	Kugel		Kugel		Kugel
15:55					800 m							
16:10												
16:20		800 m		800 m								
16:30			800 m									
16:40						800 m						
16:50							800 m		800 m		800 m	
17:00								800 m		800 m		800 m
17:10							3000 m	3000 m	3000 m	3000 m	3000 m	3000 m
Jahrgang	15 u. jü	15 u. jü	13/14	13/15	11/12	11/12	09/10	09/10	05-08	05-08	04 u. ä.	04 u. ä.

Bei den Kindern U10 nur drei Versuche beim Schlagballwurf und beim Weitsprung – Kein Endkampf

Streckenrekorde Flutlicht – Crosslauf

		1400m		
M08	Henri Krüger	SV Brackwede	05:59	2019
M09	Maximilian Helsenstein	DJK Adler Brakel	05:54	2016
M10	Jano Sagebiel	SV Kollerbeck	06:02	2022
M11	Fiete Spieker	TuS Ovenhausen	06:12	2021
M12	<i>Finn Wanke</i>	<i>Laufteam Kassel</i>	<i>06:26</i>	<i>2023</i>
M13	<i>Jonathan Siegel</i>	<i>HLC Höxter</i>	<i>05:57</i>	<i>2023</i>
W08	Kiara Nahen	TV Jahn Bad Driburg	06:23	2010
W09	Lou Rabehanta	LF Lühtringen	06:04	2019
W10	Elisa Henke	LF Lühtringen	06:17	2021
W11	Lou Rabehanta	LF Lühtringen	05:58	2021
W12	<i>Elisa Henke</i>	<i>LF Lühtringen</i>	<i>06:17</i>	<i>2023</i>
W13	<i>Lou Rabehanta</i>	<i>LF Lühtringen</i>	<i>05:45</i>	<i>2023</i>
		2700m		
M14	Tim Holtbrügge	LF Lühtringen	09:43	2015
M15	Tim Holtbrügge	LF Lühtringen	09:40	2016
W14	Madeline Meder	DJK „Adler“ Brakel	11:25	2011
W15	Kiara Nahen	LC Paderborn	11:09	2017
		4000m		
MJU18	Jonas Beverungen	LF Lühtringen	13:54	2006
MJU20	Jonas Beverungen	LF Lühtringen	14:02	2009
MJU23	Fikadu Okbamichael	Non Stop Ultra Brakel	18:27	2018
M	Jonas Beverungen	TV Wattenscheid	12:56	2016
M30	<i>Jonas Beverungen</i>	<i>TV Wattenscheid</i>	<i>14:40</i>	<i>2023</i>
M35	Jürgen Hoffknecht	TSV Schloss Neuhaus	15:23	2008
M40	Nils Pöhlker	TSV Schloss Neuhaus	15:26	2016
M45	Marcus Biehl	Laufladen Endspurt	15:01	2017
M50	Jens Artmann	PSV Holzminden	16:23	2014
M55	Thomas Ruminski	SVE Hiddestorf	16:03	2016
M60	Goar Engländer	TSV Schloss Neuhaus	17:02	2013
M65	Bernhard Jünemann	LT Güntersen	19:27	2021
M70	Wilhelm Wehrmann	PSV Holzminden	20:31	2007
M75	Wilhelm Wehrmann	PSV Holzminden	22:56	2009
M80	Wilhelm Wehrmann	PSV Holzminden	26:13	2014
M85	Wilhelm Wehrmann	PSV Holzminden	40:32	2023

Streckenrekorde Flutlicht – Crosslauf

		4000m		
WJU18	Nathalie Hupp	LF Lühtringen	16:55	2014
WJU20	Kea Wagemann	LC Paderborn	17:24	2018
F	Janin Lins	TV Wattenscheid	16:01	2015
W30	Jana Palmowski	SV Brackwede	18:23	2019
W35	Gabriele Doert	PSV Holzminden	17:51	2010
W40	Gabriele Artmann	PSV Holzminden	17:18	2012
W45	Magdalena Przybilla	DJK Gütersloh	18:35	2013
W50	Antie Strothmann	LC Solbad Ravensberg	19:38	2018
W55	Gerhild Rottenschäfer	LC 92 Bad Salzuflen	22:34	2018
W60	Elke Dorusch	PSV Holzminden	23:07	2018
W65	Ursula Müller	Non Stop Ultra Brakel	23:21	2018
		7900m		
MJU 18	Jonas Beverungen	LF Lühtringen	29:29	2007
MJU 20	Jan Holtbrügge	LF Lühtringen	29:35	2017
MJU 23	Julius Scherr	TV Wattenscheid 01	27:21	2019
M	Tom Gröschel	TC FIKO Rostock	26:45	2017
M30	Jan Kaschura	Run Artist Holzminden	29:17	2018
M35	Matthias Nahen	TV Jahn Bad Driburg	29:40	2008
M40	Matthias Nahen	TV Jahn Bad Driburg	29:45	2013
M45	Matthias Nahen	TV Jahn Bad Driburg	29:35	2016
M50	Michael Fiess	LAG Wesertal	33:53	2016
M55	Werner Gutthoff	TSV Schloss Neuhaus	33:33	2006
M60	Goar Engländer	TSV Schloss Neuhaus	34:23	2013
M65	Joachim Rubel	SV Kollerbeck	39:56	2017
WJU 18	Helena Kleck	TuS Amelunxen	40:49	2017
WJU 20	Lena Emmerich	TV Jahn Bad Driburg	49:51	2013
WJU 23	Madeline Meder	HLC Höxter	37:46	2018
F	Janine Lins	USC Bochum	33:49	2019
W30	Simone Siepler	Non Stop Ultra Brakel	39:30	2007
W35	Larissa Scheidemann	Rub Artist Holzminden	38:11	2016
W40	Sandra Grimm	SV Brenkhausen/Bosseborn	37:41	2015
W45	Sandra Grimm	SV Brenkhausen/Bosseborn	38:06	2019
W50	Heike Rauls	SLT Deensen	49:04	2011
W55	Hannelore Bezold	LG Göttingen	42:45	2008
W65	Elke Dorusch	Post-SV Holzminden	47:08	2022

Freitag, 15. November 2024

19. Flutlicht–Crosslauf im Solling – Crosspark

Wettbewerbs-/ Altersklassen

18:00 Uhr	Weibliche/Männliche Kinder U10 (W/M 9 u. jünger)	1400 m	1 Crossrunde
18:15 Uhr	Weibliche/Männliche Kinder U12 (W/M 10/11)	1400 m	1 Crossrunden
18:25 Uhr	Weibliche/Männliche Kinder U14/16 (W/M 12-15)	1400 m	1 Crossrunden
18:35 Uhr	Weibliche/Männliche Jugend U14/U16 (W/M 12-15)	2700 m	2 Crossrunden
19:00 Uhr	Weibliche/Männliche Jugend U23/ U20/ U18 (W/M 16-22) Frauen/Männer mit AK-Wertung	4000 m	3 Crossrunden
19:30 Uhr	Weibliche/Männliche Jugend U23/ U20/ U18 (W/M 16-22) Frauen/Männer mit AK-Wertung	7900m	6 Crossrunden

Gesamt – Mannschaftswertung je Lauf nach Punkten

Männlich /Weiblich getrennt

Veranstalter:

Leichtathletikfreunde Lühtringen 1983 e.V.

Ort:

Lühtringen im Solling – Crosspark und dem Sportplatzgelände.

Lühtringen liegt zwischen den Städten Höxter und Holzminden

Umkleide und Duschen:

In der Nähe des Sportplatzes.

Strecke:

Start und Ziel befinden sich im Sollingstadion. Die Strecke führt über parkähnliche Waldwege in einem profilierten Gelände. Spikes können benutzt werden.

Die 1400 Meter lange Crossrunde ist mit 30 Straßenlaternen beleuchtet.

Auszeichnungen:

Für jeden Teilnehmenden eine Urkunde