

Januar

21

Samstag

Leichtathletik Hallenwettkämpfe

beim TuS Müsen

Navi-Adressen

57271 Hilchenbach

Schulturnhalle: am Egelsbruch 3,

Vereinsturnhalle: Merklingshäuser Weg3,

Melde-Adresse

weber.tusmuesen@gmx.de



13:00	Vereinsturnhalle		Kugel	Stein	Weitsprung
	3-Kampf	MU18	5kg	10kg	mit Anlauf
		MU20	6kg	10kg	
		M20	7,25kg	15kg	
		M30 / M35	7,25kg	15kg	
		M40 / M45	7,25kg	15kg	
		M50 / M55	6kg	10kg	mit Anlauf oder aus dem Stand
13:00	Schulturnhalle		Kugel	Vollball	Weitsprung
	3-Kampf	M60 / M65	5kg	1kg	aus dem Stand
		M70 / M75	4kg	0,8kg	aus dem Stand oder Medizinball 1Kg
		M80 / M85	3kg	0,8kg	
		M90 u. älter	3kg	0,8kg	
15:30	3-Kampf	WU18	3kg	1kg	mit Anlauf in der Vereinshalle als letzte Disziplin
		WU20	4kg	1kg	
		W20	4kg	1kg	
		W30 / W35	4kg	1kg	
14:45	3-Kampf	W40 / W45	4kg	1kg	aus dem Stand
		W50 / W55	3kg	0,8kg	aus dem Stand
		W60 / W65	3kg	0,8kg	aus dem Stand
		W70 / W75	2kg	0,8kg	aus dem Stand oder Medizinball 0,8Kg
		W80 u. älter	2kg	0,8kg	

März**4****Samstag****Leichtathletik Hallenwettkämpfe**

beim TV 08 Feudingen

Navi-Adressen

Tannenwald 9, 57334 Bad Laasphe

Melde-Adressestrack-sassmannshausen@t-online.de

FEUDINGEN

TV₀₈

13:15	Schulturnhalle		Kugel	Vollball	Weitsprung
	3-Kampf	MU18	5kg	1kg	aus dem Stand
MU20		6kg	1,5kg		
M20		7,25kg	2Kg		
M30 / M35		7,25kg	2Kg		
M40 / M45		7,25kg	2Kg		
M50 / M55		6 kg	1,5kg		
M60 / M65		5 kg	1kg	Stand oder Medizinball 1Kg	
M70 / M75		4 kg	0,8kg		
M80 / M85		4 kg	0,8kg		
M90 u. älter		4 kg	0,8kg		
14:45	3-Kampf	WU18	3kg	1kg	aus dem Stand
		WU20	4kg	1kg	
		W20	4kg	1kg	
		W30 / W35	4kg	1kg	
		W40 / W45	4kg	1kg	
		W50 / W55	3kg	0.8kg	
		W60 / W65	3kg	0.8kg	Stand oder Medizinball 0,8Kg
		W70 / W75	2kg	0.8kg	
		W80 u. älter	2kg	0.8kg	

Mai**6****Samstag****27. Karl Birkelbach Gedächtnistreffen**
Sportplatz am Vereinsheim

TV LITTFELD

[Navi-Adressen](#)Adolf-Wurmbach-Straße 56,
57223 Kreuztal[Melde-Adresse](#)vorstand@tv-Littfeld.de

15:00	Sportplatz	Weitsprung	Kugel	Vollball	Lauf	
15:00	4-Kampf	MU18	vom Balken	5kg	1Kg	50m
		MU20	vom Balken	6kg	1,5Kg	50m
		M20	vom Balken	7,25kg	2Kg	50m
		M30 / M35	vom Balken	7,25kg	2Kg	50m
		M40 / M45	aus der Zone	7,25kg	2Kg	50m
		M50 / M55	Zone oder Stand	6 kg	1,5kg	50m
	3-Kampf	M60 / M65	aus dem Stand	5 kg	1kg	50m
		M70 / M75	Stand oder Medizinball 1Kg	4 kg	0,8kg	50m
		M80 / M85		3 kg	0,8kg	50m
		M90 u. älter		3 kg	0,8kg	50m
15:00	3-Kampf	WU18	vom Balken	3kg	1kg	50m
		WU20	vom Balken	4kg	1kg	50m
		W20	vom Balken	4kg	1kg	50m
		W30 / W35	aus der Zone	4kg	1kg	50m
	3-Kampf	W40 / W45	Zone oder Stand	4kg	1kg	50m
		W50 / W55	aus dem Stand	3kg	0.8kg	50m
		W60 / W65	aus dem Stand	3kg	0.8kg	50m
		W70 / W75	Stand oder Medizinball 0,8Kg	2kg	0.8kg	50m
		W80 u. älter				

Mai

19

Freitag

Leichtathletik-Abendsportfest auf dem Dammnicht



**DJK Jahnschar
Mudersbach e.V.**

[Navi-Adressen](#)

am Sportplatz, 57555 Mudersbach

[Melde-Adresse](#)

home@gerhard-blum.de

18:00	Sportplatz		Weitsprung	Kugel	Vollball	Lauf	Stein
18:00	4-Kampf	MU18	vom Balken	5kg		100m	15kg
		MU20	vom Balken	6kg		100m	15kg
		M20	vom Balken	7,25kg		100m	15kg
		M30 / M35	vom Balken	7,25kg		100m	15kg
		M40 / M45	aus der Zone	7,25kg		75m	15kg
		M50 / M55	Zone oder Stand	6kg		50m	10kg
17:00	3-Kampf	M60 / M65	aus dem Stand	5kg	1kg	50m	7,5kg
		M70 / M75	Stand oder Medizinball 1Kg	4kg	0,8kg	50m	
		M80 / M85		3kg	0,8kg	50m	
		M90 u. älter		3kg	0,8kg	50m	
18:00	4-Kampf	WU18	vom Balken	3kg	1kg	100m	
		WU20	vom Balken	4kg	1kg	100m	
		W20	vom Balken	4kg	1kg	100m	
		W30 / W35	aus der Zone	4kg	1kg	75m	
		W40 / W45	Zone oder Stand	4kg	1kg	50m	
	W50 / W55	aus dem Stand	3kg	0.8kg	50m		
17:00	3-Kampf	W60 / W65	aus dem Stand	3kg	0.8kg	50m	
		W70 / W75	Stand oder Medizinball 0,8Kg	2kg	0.8kg	50m	
		W80 u. älter					

Juni

18

Sonntag

Giller Berg Turnfest

auf dem Giller



[Navi-Adressen](#)

Hof Ginsberg 3 57271 Hilchenbach

[Melde-Adresse](#)

info@tg-grund.de



10:00	Gillerplatz		Weitsprung	Kugel	Vollball	Lauf	Stein
3-Kampf	MU18	vom Balken	5kg		100m		
	MU20	vom Balken	6kg		100m		
	M20	vom Balken	7,25kg		100m		
4-Kampf	M30 / M35	aus der Zone	7,25kg		100m	15kg	
	M40 / M45	aus der Zone	7,25kg		75m	15kg	
	M50 / M55	Zone oder Stand	6kg		50m	10kg	
3-Kampf	M60 / M65	aus dem Stand	5kg	1kg	50m		
	M70 / M75	aus dem Stand	4kg	0,8kg	50m		
	M80 / M85	aus dem Stand	3kg	0,8kg	50m		
	M90 u. älter	aus dem Stand	3kg	0,8kg	50m		
10:00	3-Kampf	WU18	vom Balken	3kg		100m	
		WU20	vom Balken	4kg		100m	
		W20	vom Balken	4kg		100m	
		W30 / W35	aus der Zone	4kg		50m	
		W40 / W45	Zone oder Stand	4kg		50m	
		W50 / W55	aus dem Stand	3kg	0.8kg	50m	
		W60 / W65	aus dem Stand	3kg	0.8kg	50m	
		W70 / W75	aus dem Stand	2kg	0.8kg	50m	
		W80 u. älter	aus dem Stand	2kg	0.8kg	50m	

Juni

23

Freitag

Abendsportfest

auf dem Köppel



[Navi-Adressen](#)

Stedenhofstrasse 1 57319 Bad Berleburg

[Melde-Adresse](#)

abendsportfest@tv-arfeld.de

18:00	Köppel		Weitsprung	Kugel	Vollball	Lauf	Stein
	4-Kampf	MU18	vom Balken	5kg		100m	10kg
MU20		vom Balken	6kg		100m	10kg	
M20		vom Balken	7,25kg		100m	15kg	
M30 / M35		vom Balken	7,25kg		100m	15kg	
M40 / M45		aus der Zone	7,25kg	2kg	75m	15kg	
3-Kampf	M50 / M55	Zone oder Stand	6kg	1,5kg	50m		
	M60 / M65	aus dem Stand	5kg	1kg	50m		
	M70 / M75	Stand oder Medizinball 1Kg	4kg	0,8kg	50m		
	M80 / M85		3kg	0,8kg	50m		
	M90 u. älter		3kg	0,8kg	50m		
18:00	3-Kampf	WU18	vom Balken	3kg		100m	
		WU20	vom Balken	4kg		100m	
		W20	vom Balken	4kg		100m	
		W30 / W35	aus der Zone	4kg		75m	
Wahl 3-Kampf	W40 / W45	Zone oder Stand	4kg	1kg	50m		
	W50 / W55	aus dem Stand	3kg	0.8kg	50m		
	W60 / W65	aus dem Stand	3kg	0.8kg	50m		
	W70 / W75	Stand oder Medizinball 0,8Kg					
	W80 u. älter		2kg	0.8kg	50m		

Juli

14

Freitag

35.Abendsportfest in Vorwald in der Haubergsarena



[Navi-Adressen](#)

im Watzenseifen, 57271 Hilchenbach

[Melde-Adresse](#)

abend@tus-vormwald.de

17:30	Haubergsarena		Weitsprung	Kugel	Vollball	Lauf	Stein
	4-Kampf	MU18	vom Balken	5kg			50m
MU20		vom Balken	6kg			50m	10kg
M20		vom Balken	7,25kg			50m	15kg
M30 / M35		vom Balken	7,25kg			50m	15kg
M40 / M45		aus der Zone	7,25kg	2kg		50m	
Wahl 3-Kampf	M50 / M55	Zone oder Stand	6 kg	1,5kg		50m	
	M60 / M65	aus dem Stand	5 kg	1kg		50m	
	M70 / M75	Stand oder Medizinball 1Kg	4 kg	0,8kg		50m	
	M80 / M85		3 kg	0,8kg		50m	
	M90 u. älter		3 kg	0,8kg		50m	
17:30	4-Kampf	WU18	vom Balken	3kg	1kg		50m
		WU20	vom Balken	4kg	1kg		50m
		W20	vom Balken	4kg	1kg		50m
		W30 / W35	aus der Zone	4kg	1kg		50m
Wahl 3-Kampf	W40 / W45	Zone oder Stand	4kg	1kg		50m	
	W50 / W55	aus dem Stand	3kg	0.8kg		50m	
	W60 / W65	aus dem Stand	3kg	0.8kg		50m	
	W70 / W75	Stand oder Medizinball 0,8Kg					
	W80 u. älter		2kg	0.8kg		50m	

August

4

Freitag

Abendsportfest

Sportanlage in der Wester

[Navi-Adressen](#)

im Bortling 20, 57319 Bad Berleburg

[Melde-Adresse](#)

barbara-ziegler59@web.de



17:30	in der Wester	Weitsprung	Kugel	Vollball	Lauf	Stein	
17:30	4-Kampf	MU18	vom Balken	5kg		100m	10kg
		MU20	vom Balken	6kg		100m	10kg
		M20	vom Balken	7,25kg		100m	15kg
		M30 / M35	vom Balken	7,25kg		100m	15kg
		M40 / M45	aus der Zone	7,25kg		75m	15kg
		M50 / M55	Zone oder Stand	6 kg		50m	10kg
	3-Kampf	M60 / M65	aus dem Stand	5 kg	1kg	50m	
		M70 / M75	Stand oder Medizinball 1Kg	4 kg	0,8kg	50m	
		M80 / M85		3 kg	0,8kg	50m	
		M90 u. älter		3 kg	0,8kg	50m	
17:30	4-Kampf	WU18	vom Balken	3kg	1kg	100m	
		WU20	vom Balken	4kg	1kg	100m	
		W20	vom Balken	4kg	1kg	100m	
		W30 / W35	aus der Zone	4kg	1kg	75m	
	3-Kampf	W40 / W45	Zone oder Stand	4kg	1kg	50m	
		W50 / W55	aus dem Stand	3kg	0.8kg	50m	
		W60 / W65	aus dem Stand	3kg	0.8kg	50m	
		W70 / W75	Stand oder Medizinball 0,8Kg		0.8kg	50m	
		W80 u. älter		2kg	0.8kg	50m	

August

11

Freitag

Leichtathletik - Abendsportfest des TV-Gosenbach

am Rosengarten in Niederschelden

Navi-Adressen: Am Rosengarten 58, 57080 Siegen

Melde-Adresse

volker.sollbach@bdk.de

Tel. 0271/354013



18:00	Sportplatz	Weitsprung	Kugel	Vollball	Lauf	Stein	
18:00	4-Kampf	MU18	vom Balken	5kg		100m	10kg
		MU20	vom Balken	6kg		100m	10kg
		M20	vom Balken	7,25kg		100m	15kg
		M30 / M35	vom Balken	7,25kg		100m	15kg
		M40 / M45	aus der Zone	7,25kg		75m	15kg
		M50 / M55	Zone oder Stand	6 kg		50m	10kg
17:00	3-Kampf	M60 / M65	aus dem Stand	5 kg	1kg	50m	
		M70 / M75	Stand oder Medizinball 1Kg	4 kg	0,8kg	50m	
		M80 / M85		3 kg	0,8kg	50m	
		M90 u. älter		3 kg	0,8kg	50m	
18:00	4-Kampf	WU18	vom Balken	3kg	1kg	100m	
		WU20	vom Balken	4kg	1kg	100m	
		W20	vom Balken	4kg	1kg	100m	
		W30 / W35	aus der Zone	4kg	1kg	75m	
		W40 / W45	Zone oder Stand	4kg	1kg	50m	
17:00	3-Kampf	W50 / W55	aus dem Stand	3kg	0.8kg	50m	
		W60 / W65	aus dem Stand	3kg	0.8kg	50m	
		W70 / W75	Stand oder Medizinball 0,8Kg	2kg	0.8kg	50m	
		W80 u. älter					

September**16****Samstag****51.Hermann Karl Gedächtnistreffen**

Sportplatz Ortsmitte

Navi-Adressen

Schulstr.1, 57271 Hilchenbach

Melde-Adressehk@tsg-helberhausen.de

15:00	Sportplatz		Weitsprung	Kugel	Vollball	Lauf	Stein
	4-Kampf	MU18	vom Balken	5kg		50m	10kg
		MU20	vom Balken	6kg		50m	10kg
		M20	vom Balken	7,25kg		50m	15kg
		M30 / M35	vom Balken	7,25kg		50m	15kg
		M40 / M45	aus der Zone	7,25kg		50m	15kg
		M50 / M55	Zone oder Stand	6 kg		50m	10kg
	3-Kampf	M60 / M65	aus dem Stand	5 kg	1kg	50m	
		M70 / M75	Stand oder Medizinball 1Kg	4 kg	0,8kg	50m	
		M80 / M85		3 kg	0,8kg	50m	
		M90 u. älter		3 kg	0,8kg	50m	
15:00	4-Kampf	WU18	vom Balken	3kg		50m	5kg
		WU20	vom Balken	4kg		50m	5kg
		W20	vom Balken	4kg		50m	7,5kg
		W30 / W35	aus der Zone	4kg	1kg	50m	
		W40 / W45	Zone oder Stand	4kg	1kg	50m	
	3-Kampf	W50 / W55	aus dem Stand	3kg	0.8kg	50m	
		W60 / W65	aus dem Stand	3kg	0.8kg	50m	
		W70 / W75	Stand oder Medizinball 0,8Kg	2kg	0.8kg	50m	
		W80 u. älter					