

NORD meets Masters

Kernpunkte des Seniorensportfestes, zu dem die LG NORD Berlin einlädt

Veranstalter: LG NORD Berlin / SC Tegeler Forst e.V.

Termin: Sonntag, 24.06.2023, 12 Uhr

Ort: Stadion Finsterwalder Str., Bezirk Reinickendorf

- Stadion mit 8 Rundbahnen
- Teamwettkampf, 2 Varianten

Nordberliner Masters Cup: altersgemischt ab 35 J. und geschlechts-gemischt mit mindestens 2 Frauen bzw. 2 Männern im Team

oder

offener Wettbewerb: geschlechts-homogene Teams, auch jünger
Einbindung Vereinsloser möglich, **keine Pokalwertung**

- 6 Einzeldisziplinen plus Staffel:
100m-3000m-Weit-Hoch-Kugel-Diskus oder **Speer-4x100m**
- Gewichte / Maße jeweils nach internationalen Vorgaben
- auch **Vereinsmischung möglich (z.B. Bundesländer-Teams)**
- Wertung: 5 - 8 Athlet/innen bilden ein Team
2 je Disziplin werden gewertet, 3 dürfen starten
Staffel läuft für Pokalwertung gemischt m/w (je 2)
internationale Punktwertung mit Altersfaktoren 2023
- teilnehmende Vereine stellen je 2 Helfer
- med. Betreuung: Massagen / Physiotherapie
- enger Zeitrahmen (ca. 4 Stdn.)
- gemeinsames Grillen/Essen danach mit Siegerehrung
- Trainings-Angebot im Mai-Juni für Nord meets Masters

Infos hierzu gibt es auch auf der Vereins-Website www.lgnord.de

und nun auf www.nord-meets-masters.de

Rohnstock, 24.03.2023