



60m - Weit - Kugel - Hoch
BERLINER
JEDERMANN-
HALLEN-7-KAMPF

60mHü - Stab - 1000m



Mit Frauen-Fünfkampf



PROGRAMMHEFT 2022

Leichtathletik

Herzlich willkommen zum

26. Internationalen Berliner Hallen-7-Kampf 2022

in der Rudolf-Harbig-Halle am Olympiastadion

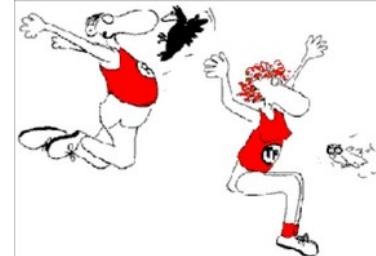
Einige Informationen zur Veranstaltung

Wettkampfort:

Landesleistungszentrum Leichtathletik, Glockenturmstr. 1, 14053

Startnummern-Ausgabe:

Am 12.03. ab 8.30 Uhr, am 13.03.2022, ab 7.30 Uhr am Stellplatz im Eingangsbereich der Leichtathletikhalle.



Verpflegung:

Am Verpflegungsstand neben der Treppe im Eingangsbereich werden Getränke und Imbiss angeboten.

Zwischenstände:

Zwischenergebnisse hängen im rechten Eingangsbereich in der Halle an der Wand aus oder werden auf einem Monitor präsentiert.

Wettkampfregelungen

Allgemeines

Im Vergleich zum klassischen Sieben- bzw. Zehnkampf wurden **für den Freizeit- und Breitensportbereich („Jedermänner“)** die **Anfangshöhen** beim Hochsprung auf **80cm**, die des Stabhochsprungs auf **110cm** festgelegt.

Im Wettkampf wird Anfängern im Stabhochsprung bei den ersten Höhen gern geholfen.

Die **Hürdenhöhen** für Frauen liegen bei 76cm, für Männer bei 91cm, Senioren ab 50 bei 84cm und ab 60 Jahren bei 76cm; für alle gilt: Anlauf 13,76m – Abstände 9,14m.

Wettkampfgeräte werden von den Veranstaltern gestellt, die Zeitmessung erfolgt elektronisch. Spikes mit kurzen Dornen (6 mm) dürfen benutzt werden.

Ganz wichtig für Hoch- und Stabhochsprung:

Bitte gebt am Samstag gleich eurem Riegenführer eventuelle Korrekturen eurer Anfangshöhe bekannt. In einigen Riegen teilen wir nach Leistung auf 2 Anlagen auf, an denen parallel gesprungen wird. Mit Abhängern kann an den Stabanlagen mit 1,10m begonnen werden, ab 1,70m entfallen diese.

Beachtet die Einstellung der Lattenentfernung!

Wertung

Einzelauswertung nach der „internationalen Leichtathletikpunktetabelle für den Männer-Zehnkampf“ bzw. „Frauen-Punktetabelle Zehnkampf“ mit Altersklassen-Anpassung.

In der **Teamwertung** werden die 3 besten Leistungen von 3er- oder 4er-Gruppen addiert. Ferner wird unter den gemeldeten Paaren (Mann + Frau) das **Königspaar** gekürt.

Beim **Fünfkampf** wird zwischen weibl. Jugend, Frauen und Seniorinnen differenziert.

Siegerehrung

Nach Beendigung jeder Riege erhalten alle Riegenmitglieder eine Urkunde.

Zum Ende der Veranstaltung laden wir zur Top-3-Siegerehrung ein:

Zum Abschluss der Wettkämpfe werden **die drei Ersten jeder Wertungsklasse**, sowie die **Team- und Paarsieger** mit Pokalen und Medaillen geehrt. Ansonsten stehen die **Urkunden je Wertungsklasse** sowie die Ergebnislisten im Internet **auf my.raceresult.com** zum Download zur Verfügung.

Grußwort mit geschichtlichem Rückblick

Liebe Mehrkampf-Fans beim 26. Berliner Hallensiebenkampf,

dieses Grußwort begann ich zu schreiben zu einer Zeit, in der uns „nur“ die Corona-Pandemie und die drohende Klimakatastrophe große Sorgen machten. In der Zwischenzeit überdeckt nun ein noch beängstigenderes Szenario diese Themen: der Ukraine-Konflikt.

Können wir uns hier für zwei Tage ganz von diesen fortwährenden Schreckensmeldungen gedanklich lösen und einen freudvollen sportlichen Wettstreit miteinander austragen? Dass uns das gelingt, alle Beteiligten positiv auf unsere Veranstaltung zurückschauen können und ihr Aktiven unverletzt bleibt, euch an spannenden Wettkämpfen erfreut und mit euren Leistungen zufrieden heimkehrt, wünsche ich von Herzen!

Nach 10 Jahren lege ich die Leitungsfunktion des Hallen-Siebenkampfes zum nächsten Jahr in jüngere Hände. Viele tolle Kontakte mit interessanten, engagierten sportlichen Menschen waren eine große Bereicherung. Mein Dank gilt allen Mitstreitern und ganz besonders unserem IT-Profi Lutz und unserem Event-Team um Paul, der ganz wesentlich zum Gelingen vieler unserer Veranstaltungen beigetragen hat, nun aber leider neue berufliche Wege einschlagen will.

Genießt das sportliche Miteinander und bleibt uns weiter treu

Thomas

Orga-Leitung
SC Tegeler Forst e.V./ LG NORD Berlin



PS. Leider fehlt es mir an Ideen, wie wir Leichtathleten gemeinsam Solidarität mit den Ukrainern zeigen oder Unterstützung leisten können; ich kann nur beten.

Wenn Ihr Vorschläge habt – her damit!

Geschichtlicher Rückblick

25 Jahre ist es inzwischen her, dass wir auf Initiative des Deutschen Leichtathletik-Verbandes und mit Unterstützung des Landessportbundes zum 1. Berliner Hallen-Siebenkampf eingeladen hatten. Ursprünglich waren mehrere Vereine an der Organisation beteiligt, die Federführung hatte lange – bis zur 15. Austragung – Norbert Herich mit der LG Süd Berlin bzw. seiner DJK Westen; unter seinen Fittichen entwickelte sich unser Mehrkampf-Wochenende zu einer auch in unseren Nachbarstaaten geschätzten Veranstaltung.

Von Beginn an waren auch wir – die LG NORD Berlin mit der SCTF-Events-gGmbH – maßgeblich beteiligt. Vor 10 Jahren übernahmen wir von Norbert die Event-Organisation. Wir hatten über die Jahre das Wertungsspektrum erweitert, Jugend-, Paar- und Team-Wertungen hineingenommen und zwischenzeitlich auch Kindermehrkämpfe integriert (bis sie zu groß wurden). Hinzu kam als letzte Neuerung zur Gleichstellung der Leistungen verschiedener Altersklassen die Nutzung der international gebräuchlichen Altersklassen-Faktoren, mit denen Zeiten und Weiten ab M/W35 multipliziert werden. Außerdem erweiterten wir 2017 das Wettkampfangebot um den offiziellen Fünfkampf für Frauen.

Bis 2019 konnten wir uns stets über 160-180 Meldungen freuen. Corona-bedingt mussten wir in 2020/21 leider absagen. Damit, dass unsere Teilnehmerzahl in diesem Jahr in Folge der Pandemie sinken würde, hatten wir gerechnet. Nun freuen wir uns doch über 125 Starter*innen – was unsere Erwartungen übertrifft. Besonders bedanken für ihre erneute Teilnahme möchten wir uns namentlich bei Lutz Naschke und Dr. Klaus-Peter Neuendorf, die beide schon bei der Premiere dabei waren.

Die Erfahrung unserer vergangenen Events und die diesjährigen Meldungen zeigen einen großen Zuspruch aus dem Seniorenbereich – während sich Jugendliche leider kaum am Siebenkampf versuchen. Die rund 50-prozentige Beteiligung von Senioren erfreut uns zwar sehr, im Berlin-Brandenburger Umfeld gibt es aktuell allerdings große Klagen bezüglich fehlender Wertschätzung der Senioren-Leichtathletik in den Landesverbänden und im DLV.

Hierzu ein kleiner Exkurs mit Ideen zur Belebung dieses Bereichs und Einladungen:

Wettkampfangebote neu gedacht

Die abnehmenden Zahlen aktiver Senioren in den Leichtathletik-Vereinen und besonders bei Verbandsmeisterschaften sind das eine Thema. Die Planung speziell von Senioren-Meisterschaften ist das andere. Der DLV macht hier Vorgaben, die von kaum einem Veranstalter erfüllt werden können. Deshalb halten wir ein modernisiertes Wk-System in weniger engem Rahmen für dringend geboten. Mit den herkömmlichen Wk-Formen kann man fast nur alte Leichtathlet*innen (die es schon im Jugend/Aktivenalter waren) heranlocken. Neueinsteiger scheuen oft den persönlichen Vergleich, sehen sich als nicht konkurrenzfähig. Eine Vielfalt von Staffeln und Teamwettbewerben kann den Einstieg in unser Wettkampfwesen für Viele erheblich leichter machen. Mein Ansatz sind deshalb verschiedene Formen von Jedermann-Wettkämpfen, bei denen eine Vereinsbindung nicht zwingend erforderlich ist.

Bei uns gehören deshalb neben dem Hallen-7-Kampf noch ein **Team-Zehnkampf** (am 18.06.2022 teilen sich 3-5 Aktive den Zehnkampf auf; **jedermann-zehnkampf.de**), sowie unser **NORD meets Masters** zu diesen Events („NmM“ am 13.08.2022, **nord-meets-masters.de**).

Unsere Idee zu **NmM** war – neben der Abkehr von den engen Norm-Vorgaben des Verbands (alles soll Bestenlisten-reif sein), ein im Vergleich zu der aktuellen Team-DM der Senioren passenderes Wettkampfformat ins Leben zu rufen. 2017 haben wir hierzu diese Pokalveranstaltung erfunden. Hierbei starten alters-gemischte Teams in 6 Disziplinen plus 4x100m-Mixed-Staffel; 2 Leistungen je Disziplin werden mit Altersfaktoren aufgewertet, das Top-Masters-Team erhält einen Wanderpokal. Vereine können Startgemeinschaften bilden: Wir hatten zuletzt 2 Brandenburger und 1 Berliner Team mit dabei, ein sächsisches gewann. „Nicht-Leichtathleten“ dürfen eingebunden werden. Die erwähnten Altersklassen-Faktoren bieten eine hervorragende Basis für solche altersklassen-übergreifenden Wettbewerbe und Wertungen.

Gemischte Staffeln (m/w und altersmäßig), gemischte Mehrkämpfe und Team-Events sehe ich als große Chance, neue aktive Senioren für die Leichtathletik zu gewinnen. **Helft bitte bei der Werbung und mit Beteiligung an diesen Events und macht die Ideen auch in eurem Umfeld publik!**

Einladung zum IKK BB Berliner Firmenlauf 2022

Berliner Firmenlauf – Gemeinsam etwas erleben, sich bewegen und Spaß haben!

In diesem Jahr findet der IKK BB Berliner Firmenlauf unseres SC Tegeler Forst zum 19. Mal statt. Mit Kollegen, Freunden, Familie und vielen tausend weiteren Aktiven Sport zu treiben macht einfach Spaß. Wir erwarten wieder 20.000 Teilnehmer!

Gemeinsames Laufen, Skaten, Walken oder Fahren (Einrad, Rollstuhl, Handbikes) fördert Gesundheit und Teamgeist, zudem das Zusammengehörigkeitsgefühl und auch die Arbeitsmotivation.

Außerdem habt Ihr die Möglichkeit, Euer Unternehmen einer breiten Öffentlichkeit zu präsentieren – und alles in Berlins City.

Datum: 29. Juni 2022

Ort: Brandenburger Tor / Ebertstraße

Strecke: 5,5 km

Startzeiten:

19:00 Uhr für Skater

**19:10 Uhr für Rollstuhl- und Einradfahrer, Handbiker,
Skate-, Wave- und Longboarder**

19:20 Uhr für Läufer (in Wellen)

19:50 Uhr für Walker

Weitere Informationen findet Ihr unter www.berliner-firmenlauf.de



7-Kampf: Disziplin-/Altersspezifisches für Jedermann/-frauen

	<i>Disziplinen</i>	<i>Altersklassen</i>	wbl. Jgd. 14-17 Jahre, Seniorinnen ab 50 Jahren	Frauen / wbl. Jgd. ab 18 J. männl. Jgd. 14/15 Jahre	männl. Jgd. 16 und 17 Jahre	Männer 18/19 Jahre	Männer ab 20 Jahren	Männer ab 50 Jahren	Männer ab 60 Jahren	
1. Tag	60m Sprint	Aus dem Tiefstart, ohne Vereinfachung								
	Weitsprung	3 Versuche								
	Kugelstoß	3,0 kg	4,0 kg	5,0 kg	6,0 kg	7,26 kg	6,0 kg	5,0 kg		
	Hochsprung	3 Versuche je Höhe Anfangshöhe 80 cm, Steigerung jeweils 4 cm								
2. Tag	60m Hürden	76cm	76cm	84cm	91cm	84cm	76cm			
	Stabhochsprung	Anfangshöhe 110cm, Steigerung jeweils 20 cm 3 Versuche (unter Anleitung und evtl. Hilfe erfahrener Trainer)								
	1000m	Ohne Vereinfachung								

Für Leistungsathleten/“Profis“ (nach „DLO“) gelten die allgemeinen Wettkampfregeln der IAAF.

Bisherige Sieger der Berliner Jedermann-Hallen-7-Kämpfe

Leistungsklasse	1997	Fabian Sacharowitz	OSC Berlin	5026 Punkte
	2008	Julius Ladleif	LG Lippe-Süd	4666 Punkte
	2009	Rory van Noorth	Der Spartaan / NL	4705 Punkte
	2010/11	Robin Tito	LG Lippe-Süd	4625/4595 Pkte.
	2012	Steffen Biermann	TV Löhne Bahnhof	4586 Punkte
	2013	Matti Herrmann	SG V. Frankenberg	5006 Punkte
	2014	Steffen Biermann	TV Löhne Bahnhof	4852 Punkte
	2015	Sylvester Lorenz	AZS Poznan / Polen	5593 Punkte
	2016	Sylvester Lorenz	AZS Poznan /Polen	5219 Punkte
	2017	Raúl Spank	LG NORD Berlin	5573 Punkte
	2018	Justin Francois	AV Groene / NL	5103 Punkte
	2019	Lutz Naschke	Weißenseer SV	4813 Punkte
weibl.Jgd.	2001-03	Sabrina Goclik	TSV Spandau/BSV92	2127-2229-2240 Pkte.
	2004	Stefanie Meller	VfV Spandau	3098 Punkte
	2005	Annika Hildebrandt	LG Wesermünde	3956 Punkte
	2006	Franziska Himmel	TSV Falkensee	3439 Punkte
	2007	Lisa Rau	VfV Spandau	3675Punkte
	2008	Anne Offermanns	HSG Turbine Zittau	4036 Punkte
	2009	Franziska Rau	VfV Spandau	3115 Punkte
	2010	Charlotte Tepasse	LAV Bayer Uerdingen	4221 Punkte
	2011	Sarah Strauß	Heidmühler FC	3632 Punkte
	2012	Tina Rother	LG Lippe Süd	4300 Punkte
	2013	Vivien Gronde	TV Löhne Bahnhof	4029 Punkte
	2014	Tina Rother	LG Lippe Süd	4486 Punkte
	2015	Greta Blaudzun	LAC Mühl-Rosin	3694 Punkte
	2016	Svenja Osswald	LAC Berlin	3409 Punkte
	2017	Pia Plagemann	SV Motor Eberswalde	3140 Punkte
	2018	Marie Uhendorf	LAC Mühl-Rosin	2149 Punkte
	2019	Helena Eckstein	OSC Berlin	3504 Punkte
Frauen	1997	Sylvana Finke	OSC	2822 Punkte
	1998	Andrea Mauch	LG Nord Berlin	3262 Punkte
	1999	Babette Bischof	Hamburger SV	2368 Punkte
	2000	Simone Bürgstein	LG Frankfurt	3422 Punkte
	2001	Marina Klemm	VfV Spandau	2525 Punkte
	2002	Ilka Lau	LT DSHS Köln	2448 Punkte
	2003	Nicole Kubiak	SV HohenNeuend.	2524 Punkte
	2004/5	Sylvia Christoph	SV Teutschenthal	4021/4086 Punkte
	2006	Jasmin Bennöhr	Halstenbeker TS	4001 Punkte
	2007	Sabrina Goclik	BSV 92	3870 Punkte
	2008	Stefanie Witt	SV St. Georg Hamburg	4115 Punkte
	2009	Jasmin Bennöhr	Halstenbeker TS	4080 Punkte
	2010	Claudia Hoch	VfV Spandau	4426 Punkte
	2011/12	Yvonne Block	AAC Amsterdam	4260/4276 Punkte
	2013	Lisa Rau	VfV Spandau	3954 Punkte
	2014	Wiebke Lehmann	Leipzig	3399 Punkte
	2015	Stefanie Aussum	Hamburger SV	3822 Punkte
	2016-19	Judith Kretz	Potsdam / LG Nord Bln	3857/4291/4229/4338 Punkte



Seniorinnen	2005	Evelyn Heinrich	SV Teutschenthal	3440 Punkte
	2006/7	Sabine Preuß	SV Motor Eberswalde	3118/2948 Punkte
	2008/9	Carola Borgwardt	WSG KönigsWusterhausen	2968/3084 Punkte
	2010	Birgitta Fieger	TuS Huchting	3582 Punkte
	2011	Claudia Schlesner	Hamburger SV	2484 Punkte
	2012	Doreen Pagel	SV Motor Eberswalde	2439 Punkte
	2013	Carola Borgwardt	KönigsWusterh.	2911 Punkte
	2014	---		
	2015	Dietlinde Knospe	TSV Reinbek	3557 Punkte
	2016	Sabine Preuß	SV Motor Eberswalde	3747 Punkte
	2017	Dörte Kock	Hamburger SV	3019 Punkte
	2018	Claudia Schlesner	Hamburger SV	2948 Punkte
	2019	Dörte Kock	Hamburger SV	3780 Punkte
männl. Jgd.	2001	Marian Geissler	LG Nike	5287 Punkte
	2002	Fabian Erdmann	VfV Spandau	3067 Punkte
	2003	Christian Gründel	SSV Lichtenrade	4058 Punkte
	2004	Michael Marbes	Praetorius Team Bernau	3549 Punkte
	2005	Oliver Gewohn	LG Nike Berlin	3371 Punkte
	2006	Felix Maidhoff	TSV Falkensee	3203 Punkte
	2007	Shao Wen Jia	Zehlendorf 88 Berlin	4328 Punkte
	2008	Marek Schudoma	TuS Lichterfelde	3119 Punkte
	2009	Nils Müller	LAC Berlin	2878 Punkte
	2010	Marcel Schulze	Berliner Turnerschaft	2748 Punkte
	2011	Franz Harfenmeister	Zehlendorf 88 Berlin	4051 Punkte
	2012	Enrico Frotscher	TSV Falkensee	3991 Punkte
	2013/14	Niklas Fink	TSV Falkensee	4046/4526 Punkte
	2015	Charlie Krüger	LAC Mühl-Rosin	4253 Punkte
	2016	Constantin Rust	Leonardo da Vinci Nauen	3274 Punkte
	2017	Niclas Schulz	LAC Mühl Rosin	3454 Punkte
	2018/19	Isaac Fleurisson	OSC Berlin	4222/4683 Punkte
Männer	1997	Hardy Reinermann	Schwerin	4072 Punkte
	1998	Stefan Pötsch	TSV Temp.-Mdf.	4213 Punkte
	1999	Ole Schmidt-Heß	Berlin	4193 Punkte
	2000	Benjamin Müske	LG Nord Berlin	4515 Punkte
	2001	Mike Finger	SV Hohen Neuend.	4219 Punkte
	2002	Jakob Krupke		4413 Punkte
	2003	Ralph Gessenhalter	VfV Spandau	3850 Punkte
	2004	Ole Stark	Berlin	3766 Punkte
	2005	Axel Sacharowitz	OSC Berlin	4304 Punkte
	2006	David Mewes	OSC Berlin	4557 Punkte
	2007	Christian Donner	LG Nike Berlin	4453 Punkte
	2008	Rudy de Vries	Phanos Amsterdam	4551 Punkte
	2009	Marcus Günther	Hamburger SV	3833 Punkte
	2010	Sebastian Grasnick	Berliner TSC	4695 Punkte
	2011	Sebastian Grasnick	Zehlendorf 88 Berlin	4481 Punkte
	2012-16	Christian Sieg	LAC Mühl Rosin	3975-4323-4504-4526-4524 Punkte
	2017	Alexander Ahl	SC DHfK Leipzig	4018 Punkte
	2018	Christian Sieg	LAC Mühl Rosin	4317 Punkte
	2019	Christian Lormes	Leipzig	4281 Punkte
Senioren	1997-2001	Klaus-P. Neuendorf	Weißenseer SV	4070-4040-3933-3996-3708 Punkte
	2002	Lutz Naschke	Weißenseer SV (WSV)	3847 Punkte
	2003	Olaf Krause	Schweriner SC	3948 Punkte
	2004/05	Lutz Naschke	Weißenseer SV	3700-3640 Punkte
	2006	Mario Zimdahl	LLG Luckenwalde	3179 Punkte
	2007-09	Lutz Naschke	Weißenseer SV	3864-3647-3907 Punkte
	2010	Niels Künne	Lebenswert	3608 Punkte
	2011/12	Lutz Naschke	Weißenseer SV	3560-3729 Punkte
	2013	Jan Kawelke	LAC Mühl Rosin	3772 Punkte
	2014	Jörg Schurath	Weißenseer SV	3968 Punkte
	2015	René Engelhardt	Berlin	4347 Punkte
	2016	Reinhard Prenn	Berndorf / A	4275 Punkte
	2017	Jan Kawelke	LAC Mühl Rosin	4443 Punkte
	2018	Hartmut Gruneberg	TSV Leuna	3774 Punkte
	2019	René Engelhardt	Berlin	4374 Punkte

Die Veranstaltungsrekorde halten mit 5593 Punkten Sylwester Lorenz bzw. Tina Rother mit 4486 Pktn.



Teilnehmerlisten Jedermann-Hallen-7-Kampf 2022

Riege 1**Riegenführer: Andreas Schlitt****Wettkampf-Zeiten: Samstag 10:00 – 14:30 Uhr Sonntag 9:20 – 13:50 Uhr**

101	AUSSUM, Steffi	1986	w	DLO	W35	Hamburger SV	D
102	BOUELE, Cédric	1985	m	DLO	M35	Delémont Athlétisme	CH
103	DRESCHER, Torsten	1964	m	DLO	M55	Athletik Club Berlin	D
104	GUSEWSKI, Jamie	2001	m	DLO	M	Eberswalder Sportclub	D
105	HARNISCH, Werner	1958	m	DLO	M60	LAZ Mosbach/Elztal	D
106	ILLIG, Heiko	1970	m	DLO	M50	Eberswalder Sportclub	D
107	KÖNIG, Stephan	1968	m	DLO	M50	TV Rheinbach	D
108	KÜGLER, Bernd	1955	m	DLO	M65	ASV Erfurt	D
109	MAIER, Björn	1973	m	DLO	M45	Sportring Yburg Steinbach	D
110	NAEGELE, Roger	1960	m	DLO	M60	Vorspiel Berlin SSL	D
111	NASCHKE, Lutz	1962	m	DLO	M60	Weißenseer SV	D
112	NEUENDORF, Klaus-Peter	1954	m	DLO	M65	Weißenseer SV	D
114	REUSCHENBACH, Anne	1980	w	DLO	W40	LG Bad Soden/Sulzbach/ Neuenhain	D
115	SALGE, Stefan	1962	m	DLO	M55	PSV Erfurt	D
116	SCHMIDT, Robin	1995	m	DLO	M	SG Hohen Neuendorf	D
117	TÜRK-NOACK, Uwe	1960	m	DLO	M60	Apoldaer LV 90	D
118	WINDLER, Eric	1995	m	DLO	M	TSG Markkleeberg	D
119	FRICKE, Nora	2005	w	DLO	WJ U18	ASV Erfurt	D
120	KIRCHNER, Mia	2006	w	DLO	WJ U18	ASV Erfurt	D

Riege 2**Riegenführer: Frank Hoffmann / Thilo Brill****Wettkampf-Zeiten: Samstag 10:20 – 13:30 Uhr Sonntag 10:30 – 15:30 Uhr**

201	BÖLKE, Lukas	1997	m	JM	M	LAC Mühl Rosin	D
202	DIEFFENBACHER, Ben Niklas	2002	m	JM	M	OSC Berlin	D The Buccaneers Bloodbath
203	FLEURISSON, Fred Issac	2003	m	JM	M	OSC Berlin	D The Buccaneers Bloodbath
204	GIRL POWER!, Christina-Pia-Marie	2001	w	JM	F	SV Motor Eberswalde	D Girl Power!
205	HAASE, Marco	1971	m	JM	Sen	OSC Berlin	D The Buccaneers Bloodbath
206	KAWELKE, Jan	1972	m	JM	Sen	LAC Mühl Rosin	D Nordlichter
207	KLABE, Tilman	2003	m	JM	M	Potsdam	D StG 4 Feuersalamander
208	RÄDLER, Tim	2001	m	JM	M	Potsdam	D StG 4 Feuersalamander
209	SCHLIEKER, Antonia	1999	w	JM	F	Potsdam	D StG 4 Feuersalamander
210	SCHWARZER, Tobias	1994	m	JM	M	OSC Berlin	D The Buccaneers Bloodbath
211	SEELIG, Johanna	2000	w	JM	F	Potsdam	D StG 4 Feuersalamander
212	SIEG, Christian	1988	m	JM	M	LAC Mühl Rosin	D Nordlichter
213	STÜBE, Steffen	1968	m	JM	Sen	LAC Mühl Rosin	D Nordlichter
214	SYNIAWA, Pepe	2008	m	JM	MJ	LAC Mühl Rosin	D Nordlichter
215	THE BIZEPS BITCHES, Emma-Paula-Magdalena		w	JM	F	OSC Berlin	D The Bizeps Bitches

Riege 3

Riegenführer: Marcus Haesner

Wettkampf-Zeiten: Samstag 10:10 – 15:20 Uhr Sonntag 10:10 – 14:30 Uhr

301	ALBERTI, Stefan	1967	m	JM	Sen	Weltraumjogger Berlin	D
302	BENNEDSEN, Frank	1973	m	JM	Sen	Laufklub Berlin	D
303	BOHNKE, Michael	1977	m	JM	Sen	Laufklub Berlin	D
304	GAWOL, Marc	1990	m	JM	M	LG Olympia Dortmund	D Turbo Team
305	GEBHARDT, Verena	1996	w	JM	F	LG Olympia Dortmund	D Turbo Team
306	HERBOLD, Charlotte	1995	w	JM	F	LG Olympia Dortmund	D Diskusdisco
307	JANßen, Nils	1990	m	JM	M	LG Olympia Dortmund	D Diskusdisco
308	ONGENA, Jasper	1992	m	JM	M	Gent	BE
309	ONGENA, Tim	1991	m	JM	M	Mechelen	BE
310	ROSENSTOCK, Jens	1985	m	JM	M	LG Olympia Dortmund	D Gouda alt & jung
311	SCHMIDT-HEß, Liv	2004	w	JM	F	Neuenhagen	D
312	SCHMIDT-HEß, Zoe	2008	w	JM	WJ	Neuenhagen	D
313	SCHÜRMANN, Katharina	1997	w	JM	F	LG Olympia Dortmund	D Gouda alt & jung



Riege 4

Riegenführer: Felix Fasel

Wettkampf-Zeiten: Samstag 11:00 – 17:10 Uhr Sonntag 9:40 – 14:10 Uhr

401	BURGELMAN, Nico	1984	m	DLO	M35	SV 1860 Minden	BE Das dritte Lustrum
402	FLÜCHT, Ulrich	1959	m	DLO	M60	AV NEA Volharding / NL	NL the Rainbow warriors
405	LOTH, Michael	1961	m	DLO	M60	SV St. Georg Hamburg	D
406	MANKA, Robert	1971	m	DLO	M50	AZS Wrocław/Polen	PL
407	MEIJER, Kees	1956	m	DLO	M65	AV NEA Volharding / NL	NL the Rainbow warriors
408	REICH, Christian	1967	m	DLO	M50	SC Siemensstadt Berlin	D
409	SAHANS, Gurmu Singh	1978	m	DLO	M40	AV NEA Volharding / NL	VG the Rainbow warriors
410	SCHULZ, Otmar	1962	m	DLO	M60	LC Paderborn	D
411	SZEWERA, Paweł	1973	m	DLO	M45	AZS Wrocław/Polen	PL
412	TEUNISSEN, Lennart	1981	m	DLO	M40	Amsterdam	NL Das dritte Lustrum
413	THIJSSING, Yuri	1978	m	DLO	M40	Amsterdam	NL Das dritte Lustrum
414	VAN BERKUM, Jurgen	1967	m	DLO	M50	AVV	NL
415	VAN DER AA, Leo	1973	m	DLO	M45	AV Fortuna Vlaardingen/NL	NL the Rainbow warriors
416	VAN MEEUWEN, Jasper	1978	m	DLO	M40	Amsterdam	NL Das dritte Lustrum
417	WARMERDAM, Jos	1965	m	DLO	M55	Fit, Zeist	D
419	WIMMER, Valentin	1985	m	DLO	M35	Einbecker SV	D

Riege 5**Riegenführer: Joachim Protz****Wettkampf-Zeiten:** **Samstag 10:40 – 15:40 Uhr** **Sonntag 11:10 – 15:10 Uhr**

501	BACARI, Elie	2003	m	DLO	MJ U20	DCLA	BE
502	BEER, Robert	1962	m	DLO	M60	LG NORD Berlin	D NORD-Masters
503	BLÜTHGEN, Jürgen	1954	m	JM	Sen	VfV Spandau	D Power Boys
504	CZESNAT, Nico	1996	m	JM	M	VfV Spandau	D Power Boys
505	DR. IWANOWSKI, Nicola	1967	w	DLO	W55	LG NORD Berlin	D NORD-Masters
506	EISENBERG, Alissa	2007	w	DLO	WJ U16	LG NORD Berlin	D
507	EISENBERG, Livia	2004	w	DLO	WJ U20	LG NORD Berlin	D
508	ELTZ, Fabian	1982	m	JM	Sen	LG NORD Berlin	D
511	KOTHLOW, Michael	1949	m	JM	Sen	LG NORD Berlin	D NORD-Masters
512	MEES, Mathias	2004	m	DLO	MJ U20	BVAC	BE
513	MERZDORF, Enrico	1983	m	JM	M	Hamburger SV	D
515	SCHENK, Alexander	1994	m	JM	M	VfV Spandau	D Power Boys
516	SCHLEUß, Nicole	1982	w	JM	SenW	VfL Rathenow	D
517	SCHULZ, Tina	1972	w	DLO	W50	LG NORD Berlin	D NORD-Masters
518	WEISE, Andreas	1957	m	JM	Sen	VfV Spandau	D Power Boys

**Riege 6****Riegenführer: René Schütz****Wettkampf-Zeiten:** **Samstag 11:20 – 15:40 Uhr** **Sonntag 9:40 – 13:30 Uhr**

601	BONNAIRE, Sofie	1995	w	JM	F	SC DHfK Leipzig	D Leipziger Mehrkämpfer
602	BÜCHNER, Paul	1991	m	JM	M	SC DHfK Leipzig	D Leipziger Mehrkämpfer
603	BÜTTNER, Franziska	1992	w	JM	F	SC DHfK Leipzig	D Leipziger Mehrkämpfer
604	FRANKE, Christoph	1978	m	JM	Sen	LAV 02 Neustadt	D
605	GÄBLER, Daniel	1980	m	JM	Sen	Halle/Tangermünde	D Blond und blauäugig
606	GRUNEBERG, Hartmut	1962	m	JM	Sen	TSV Leuna	D
608	HERZBERG, Günther	1949	m	JM	Sen	USV Halle	D
609	HERZBERG, Martin	1981	m	JM	Sen	SV Halle	D
610	KAUTZ, Christina	1979	w	JM	Seni	Hamburger SV	D
611	MARQUARDT, Jennifer	1989	w	JM	F	Hamburger SV	D
612	MEINHARDT, Ronny	1972	m	JM	Sen	SV Blauer Ball Merseburg	D
613	RAHN, Jörg	1973	m	JM	Sen	Hamburger SV	D
614	REINHOLD, Sandy	1978	w	JM	SenW	USV Halle	D Seniorenturnverein
615	RÜHMKORF, Dennis	1972	m	JM	Sen	Hamburger SV	D
616	SPITZNER, Max	1991	m	JM	M	SC DHfK Leipzig	D Leipziger Mehrkämpfer
617	THAMER, Arne	1984	m	JM	M	Hamburger SV	D
618	WEIß, Lina	1996	w	JM	F	Halle/Tangermünde	D Blond und blauäugig
619	ZSCHEILE, Robby	1989	m	JM	M	SC Karriereende Glaubitz	D

Riege 7 - Fünfkampf

Riegenführerin: Kathrin Funk-Wachner

Wettkampf-Zeiten: Sonntag 9:00 – 14:50 Uhr

701	DE RIJCK, Lola	2004	w	DLO	WJ U20	LYRA	BE
702	DITTRICH, Leonie	1993	w	DLO	W	Berliner Sport Club	D
703	EISENGRÄBER, Leonie	2006	w	DLO	WJ U18	SF Kladow	D
704	FEßER, Annika	2006	w	DLO	WJ U18	SF Kladow	D
705	GLÄßER, Maria	1996	w	DLO	W	USV Halle	D
706	HERRMANN, Marina	1971	w	DLO	W50	VfV Spandau	D
707	HESSE, Heike	1968	w	DLO	W50	VfV Spandau	D
708	HOLZ, Annika Maria	2005	w	DLO	WJ U18	SF Kladow	D
709	JUGEL, Corinna	1996	w	DLO	W	Jena	D
710	LIEDTKE, Gudrun	1947	w	DLO	W75	LG NORD Berlin	D
711	LOTT, Katharina	1988	w	DLO	W	Berliner Sport Club	D
712	LÜBKER, Sabine	1980	w	DLO	W40	VfV Spandau	D
713	PFEIFFER, Ramona	1961	w	DLO	W60	USV Halle	D
714	SGRAJA, Sophia	1995	w	DLO	W	Berliner Sport Club	D
715	THEOBALD, Paula	1996	w	DLO	W	Berliner Sport Club	D
716	THONUS, Daviña	1990	w	DLO	W	Brussels	BE
717	VAN DEN BRANDE, Laura	2003	w	DLO	WJ U20	AVKA	BE
718	VAN HOYWEGHEN, Sara	2003	w	DLO	WJ U20	VoLH	BE
719	VANDEN BERGHE, Roos	2004	w	DLO	WJ U20	DUFF	BE
720	VERCH-LANG, Ilka	1973	w	DLO	W45	LG NORD Berlin	D
721	VERTONGEN, Tinne	2005	w	DLO	WJ U18	ROBA	BE
722	ROLLER, Luica	2005	w	DLO	WJ U18	LAC Berlin	PL

Weitere Veranstaltungen in 2022

- 3. April** **37. Frohnaulauf** (Volkslauf 10km)
Poloplatz; mit Schnupperlauf + Kinderlauf
- 24. April** **Mehrkampftag „Ansporteln“**
Wettbewerbe für U14 – U20, Mä, Fr, Senior/innen
Stadion Finsterwalder Str.
- 18. Juni** **Team-Zehnkampf**, offen für Jedermann
Stadion Finsterwalder Str., 13435 Berlin
- 29. Juni** **IKK BB Berliner Firmenlauf** (5,5 km am Brandenburger Tor) - danach wird vor Ort gefeiert -



13. August - NORD meets Masters 2022 - Senioren im Team
www.nord-meets-masters.de

Stadion Finsterwalder Str., 13435 Berlin

17. September Run & Bike

10,5 – 21 – 42 km paarweise: Einer fährt Rad, einer läuft;
Wechsel so oft wie gewünscht möglich
Sportplatz Heidenheimer Str., 13467 Berlin



ferner:

17.5., 8.6., 5.7., 7.9. LGN-Stabhochsprung-Abende
25.5., 22.6., 30.7. LG NORD-Werfertage

Infos zu allen Veranstaltungen bei Ronny, Anika oder Paul
unter 030-40 50 85 82 und auf www.sctf-events.de

Punktetabelle zur groben Orientierung

Punkte	(Männer jew. links)				(Frauen jew. rechts)						
	60 m		Weit		Kugel		Hoch		60 m Hü	Stabhoch	1000 m
1	11,39	12,87	2,24	2,14	1,52	1,53	0,76	0,76	15,29	16,80	1,03 1,03
20	10,94	12,36	2,54	2,38	1,91	1,88	0,84	0,81	14,51	16,00	1,24 1,14
40	10,69	12,07	2,76	2,55	2,29	2,23	0,90	0,85	14,08	15,54	1,39 1,25
60	10,48	11,84	2,95	2,70	2,66	2,57	0,95	0,89	13,75	15,18	1,53 1,35
80	10,31	11,64	3,12	2,83	3,02	2,91	0,99	0,92	13,47	14,87	1,66 1,46
100	10,15	11,46	3,27	2,96	3,39	3,24	1,04	0,95	13,22	14,59	1,78 1,56
120	10,01	11,30	3,42	3,08	3,74	3,57	1,08	0,98	12,99	14,34	1,89 1,65
140	9,87	11,15	3,56	3,19	4,10	3,90	1,11	1,00	12,78	14,11	2,00 1,73
160	9,75	11,01	3,70	3,30	4,45	4,22	1,15	1,03	12,59	13,89	2,10 1,80
180	9,63	10,87	3,83	3,40	4,80	4,54	1,18	1,05	12,40	13,69	2,20 1,87
200	9,52	10,74	3,96	3,50	5,15	4,87	1,22	1,08	12,23	13,49	2,30 1,93
220	9,41	10,62	4,09	3,60	5,49	5,18	1,25	1,10	12,06	13,31	2,40 2,00
240	9,31	10,51	4,21	3,70	5,84	5,50	1,28	1,12	11,90	13,13	2,49 2,07
250	9,26	10,45	4,27	3,74	6,01	5,66	1,30	1,13	11,82	13,04	2,54 2,10
260	9,21	10,39	4,32	3,79	6,18	5,82	1,31	1,15	11,75	12,95	2,58 2,13
270	9,16	10,34	4,38	3,83	6,35	5,98	1,33	1,16	11,67	12,87	2,63 2,16
280	9,11	10,29	4,44	3,88	6,53	6,13	1,34	1,17	11,60	12,79	2,67 2,19
290	9,07	10,23	4,50	3,92	6,70	6,29	1,36	1,18	11,53	12,71	2,71 2,23
300	9,02	10,18	4,55	3,97	6,87	6,45	1,37	1,19	11,46	12,63	2,76 2,26
310	8,98	10,13	4,61	4,01	7,04	6,61	1,38	1,20	11,39	12,55	2,80 2,29
320	8,93	10,08	4,66	4,06	7,21	6,76	1,40	1,21	11,32	12,47	2,84 2,32
330	8,89	10,03	4,72	4,10	7,38	6,92	1,41	1,22	11,25	12,39	2,89 2,35
340	8,84	9,98	4,77	4,14	7,55	7,07	1,43	1,23	11,18	12,32	2,93 2,38
350	8,80	9,93	4,83	4,18	7,72	7,23	1,44	1,24	11,12	12,24	2,97 2,41
360	8,76	9,88	4,88	4,23	7,89	7,39	1,46	1,25	11,05	12,17	3,01 2,44
370	8,72	9,83	4,93	4,27	8,05	7,54	1,47	1,26	10,99	12,10	3,05 2,47
380	8,68	9,79	4,99	4,31	8,22	7,70	1,48	1,27	10,93	12,03	3,09 2,50
390	8,63	9,74	5,04	4,35	8,39	7,85	1,50	1,28	10,86	11,95	3,13 2,53
400	8,59	9,70	5,09	4,39	8,56	8,01	1,51	1,29	10,80	11,88	3,17 2,56
410	8,55	9,65	5,14	4,43	8,73	8,16	1,52	1,30	10,74	11,82	3,21 2,58
420	8,51	9,60	5,19	4,47	8,89	8,32	1,54	1,31	10,68	11,75	3,25 2,61
430	8,48	9,56	5,24	4,51	9,06	8,47	1,55	1,32	10,62	11,68	3,29 2,64
440	8,44	9,52	5,29	4,55	9,23	8,62	1,56	1,33	10,56	11,61	3,33 2,67
450	8,40	9,47	5,34	4,59	9,40	8,78	1,58	1,34	10,51	11,55	3,37 2,70
460	8,36	9,43	5,39	4,63	9,56	8,93	1,59	1,35	10,45	11,48	3,41 2,72
470	8,32	9,39	5,44	4,67	9,73	9,09	1,60	1,36	10,39	11,42	3,45 2,75
480	8,29	9,35	5,49	4,71	9,90	9,24	1,61	1,37	10,33	11,35	3,49 2,78
490	8,25	9,30	5,54	4,74	10,06	9,39	1,63	1,38	10,28	11,29	3,53 2,81
500	8,21	9,26	5,59	4,78	10,23	9,55	1,64	1,39	10,22	11,22	3,57 2,83
520	8,14	9,18	5,68	4,86	10,56	9,85	1,66	1,41	10,11	11,10	3,64 2,89
540	8,07	9,10	5,78	4,93	10,89	10,16	1,69	1,43	10,01	10,98	3,72 2,94
560	8,00	9,02	5,87	5,01	11,23	10,46	1,71	1,45	9,90	10,86	3,79 2,99
580	7,93	8,94	5,97	5,08	11,56	10,77	1,74	1,47	9,80	10,74	3,86 3,05
600	7,86	8,87	6,06	5,15	11,89	11,07	1,76	1,48	9,70	10,62	3,94 3,10
620	7,80	8,79	6,15	5,22	12,22	11,38	1,78	1,50	9,60	10,51	4,01 3,15
640	7,73	8,72	6,24	5,29	12,54	11,68	1,81	1,52	9,50	10,39	4,08 3,20
660	7,67	8,64	6,33	5,36	12,87	11,98	1,83	1,54	9,40	10,28	4,15 3,25
680	7,60	8,57	6,42	5,43	13,20	12,28	1,85	1,56	9,31	10,17	4,22 3,30
700	7,54	8,50	6,51	5,50	13,53	12,58	1,88	1,57	9,21	10,06	4,29 3,35
720	7,48	8,43	6,60	5,57	13,86	12,89	1,90	1,59	9,12	9,96	4,36 3,40
740	7,42	8,36	6,68	5,64	14,18	13,19	1,92	1,61	9,03	9,85	4,43 3,45
760	7,36	8,29	6,77	5,71	14,51	13,49	1,94	1,62	8,94	9,74	4,50 3,50
780	7,30	8,22	6,86	5,77	14,83	13,79	1,97	1,64	8,85	9,64	4,57 3,55
800	7,24	8,16	6,94	5,84	15,16	14,09	1,99	1,66	8,76	9,54	4,63 3,60

Organisation Jedermann-Hallen-Siebenkampf

Organisationsleitung: Thomas Rohnstock / Ronny Mewis

Technische Leitung, Anlagenbau: Bernd Kunze, Paul Murcha

Sportliche Leitung, Vorbereitungstraining: Thomas Rohnstock

Wettkampfbüro: Lutz Raschke, Marco Wesner,
Kathrin Funk-Wachner

Stellplatz: Anika Bürger, Felix Fasel

Programmheft / Internet: Thomas Rohnstock

Helfereinsatz: Paul Murcha, Anika Bürger

Hallensprecher / Musik: Ronny Mewis

Physiotherapie: Claudia Schmidt, Tom Lucas Bürger

Kampfgericht: Kampfrichter des BLV, Leitung Markus Lange

Starter: Andreas Hoffmann

Zeitnahme: Peter Schütze

Verpflegungsstand in der Lounge: Ehepaar Soehring-Zimmermann (Sa)
Birgit Wolff + Monika Heinrich, (So)



Riegenbetreuung durch:

Unser Service für Euch während der Veranstaltung:

Die **Ergebnisse** des Hallen-7-Kampfs werden **auf race result zeitnah online** zu sehen sein. Hier stehen auch alle **7-Kampf-Urkunden** zum Download bereit. Der Link hierzu:

my.raceresult.com/184082/results?lang=de

Meine Ergebnisse:

Disziplin	erzielte Leistung	Punkte
60 m		
Weitsprung		
Kugelstoßen		
Hochsprung		

Zwischenstand:

60 m Hürden		
Stabhochsprung		
1000 m (800m)		

Endstand:

Wertung 7-Kampf

Einzelwertung in den Wertungsklassen:

MJ männl. Jugend 14-17 Jahre
WJ weibl. Jugend 14-17 Jahre
F Frauen
M Männer
Sen Senioren Jg. 1982 und älter
SenW Seniorinnen Jg. 1982 u. älter
DLV-Code Leistungsklasse ("Profis")
nach der IAAF-Punktetabelle für Männer bzw. Frauen

(maßgeblich für die Altersklasse ist der Jahrgang, bei Profis im Seniorenanter der Geburtstag!)

5-Kampf

U18/20 weibl. Jugend 16-19 Jahre

W Frauen
W[35-75] Seniorinnen Jg 1987 u. älter
nach der IAAF-Punktetabelle für Frauen bzw. DLV-Jgd.

Zeitplan 2022



1. Tag (12.3.)

	60m	Weit	Kugel	Hoch /Stab
Riege 1	10.00	10.30 B+C	11.30	13.20 A+B
Riege 2	10.20	12.50 B	Sonntag 13.40	Stab 11.00 A+B
Riege 3	11.40	13.40 C	10.10	Stab 12.20 A+B
Riege 4	11.00	12.10 A	14.30	15.50 A+B
Riege 5	10.40	11.40 B+C	13.00	14.30 A+B
Riege 6	11.20	Sonntag 11.30 A	Sonntag 09.40	Hoch 12.10 A+B Stab 14.10 A+B

2. Tag (13.3.)

	60m Hürden	Stabhoch / Hoch	Weit / Kugel	1000m
Riege1	09.20	09.50 A	---	13.30
Riege 2	10.30	Hoch 11.40 A	Kugel 13.40	15:10
Riege 3	10.10	Hoch 11.40 B		14.10
Riege 4	09.40	10:10 B		13.50
Riege 5	11.10	12.40 A+B		14.50
Riege 6	10.50		We 11.30 / Ku 9.40	13.10
Riege 7	9.00	Ho 09.40 C	Ku 11.30	We 13.10 A
				800m 14.30
Siegerehrung Top3, Teams und Paare ca. ab 16.00 Uhr				

Meine Notizen