

# Rheinland-Pfalz Meisterschaften 10000m

## Regionsmeisterschaft Region Mainz 3000m

### Rahmenwettbewerb 800m

**Termin:** Samstag, 29. März 2025  
**Ort:** 55232 Alzey, Kaiserstraße, Wartberg-Stadion  
**Ausrichter:** Leichtathletik-Verband Rheinhessen-Rheinland  
**Örtl. Ausrichter:** TV Alzey  
**Meldungen über:** LADV: <https://ladv.de/>  
Pfalz über [lanet3.de](http://lanet3.de) an den eigenen Landesverband  
**Meldeschluss:** Sonntag, 23. März 2025 – 23:59 Uhr (Eingang)

Informationen zum Teilnahmerecht, Startgebühren, Nachmeldungen usw. finden Sie in den Allgemeinen Teilnahmebestimmungen für Rheinland-Pfalz Meisterschaften.

In Notfällen (z.B. Stau bei der Anreise) steht am Veranstaltungstag die Rufnummer 0151-28889749 zur Verfügung.

#### **Wettbewerbe:**

Rheinland-Pfalz Meisterschaften 10000m:  
Männer, Frauen, Masters (M/W30 – M/W90)

Regionsmeisterschaft 3000m:  
M/W 14/15, M/W JU18, M/W JU20, Männer, Frauen,  
Masters (M/W30 – M/W90)

Rahmenwettbewerb 800m:  
M/W 10/11, M/W 12/13, M/W 14/15, M/W JU18, M/W JU20,  
Männer, Frauen, Masters (M/W30 – M/W90)

Alle Läufe werden altersklassenübergreifend nach Leistung eingeteilt, dazu bei der Meldung bitte Bestleistung angeben.

#### **Wertung Rheinland-Pfalz Meisterschaften 10000m:**

Rheinland-Pfalz-Wertung (mit Medaille): Männer/Frauen  
Rheinland-Pfalz-Wertung (ohne Medaille): Masters (M/W30 – M/W90)

#### **Startgeld für Regionsmeisterschaft und Rahmenwettbewerbe:**

U12: 5,00 €  
U14/U16: 7,00 €  
U18/U20: 8,00 €  
M/W/Master: 9,00 €



**vorläufiger Zeitplan:** (ggf. Änderungen nach dem Meldeschluss möglich)

14:00	800m
15:00	3000m
16:00	10.000m (Zielschluss 45:00 min)
17:00	10.000m (Zielschluss 75:00 min)

**Hinweise:**

Umkleiden und Duschen sind vorhanden.  
Für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt.