

Deutsche LSW-Meisterschaften

**Diskus griechisch (Einzel) + Historisches Gewicht +
Einarmgewichtwerfen (Einzel und Sonder-Dreikampf)**
am Sonntag, dem **26.04.2026**, Wurfplatz RKS Phoenix Mutterstadt
(Navigationsadresse: Waldstr. 49, 67112 Mutterstadt)

Veranstalter: LSW-Spezialsport Deutschland e.V.
Ausrichter: Förderkreis Rasenkraftsport und RKS Phoenix Mutterstadt e.V. 2014

Der Veranstalter behält es sich vor, diesen vorläufigen Zeitplan erforderlichenfalls zu ändern.
Dabei werden aber keine Starts vorverlegt!

	Vordere Anlage	Hintere Anlage	Mittlere Anlage - Reservefläche
11.30	Einwerfen Einarmgewicht	Einwerfen Einarmgewicht	HG: ein- oder beidarmige Ausführung
11.45	Einarmgewicht: M/W 20 bis 45 + M/W 80 bis 90 + Nachwuchs w + m	Einarmgewicht: M/W 50 bis 65	
13.15	Diskus griechisch: M/W 20 bis 45 + M/W 80 bis 90 + Nachwuchs w + m	Diskus griechisch: M/W 50 bis 65	Historisches Gewicht (HG): M/W 70 und M/W 75
14.30	Einwerfen Einarmgewicht	Einwerfen Einarmgewicht	Historisches Gewicht (HG): M/W 20 bis M/W 65
15.00	Einarmgewicht: M/W 70	Einarmgewicht: M/W 75	
16.30	Diskus griechisch: M/W 70	Diskus griechisch: M/W 75	
17.45	Zusammenkunft	Zusammenkunft	Zusammenkunft

Alle Teilnehmer/-innen starten in den Riegen ihrer Altersklassen.

Hauptklassenzusatz- und Teamdoppelstarter absolvieren die Zusatzstarts **IN** ihren Riegen.

Parkplätze: Vor dem Stadion an der Waldstraße 49 und in der (folgenden) Stichstraße zum/am Schwimmbad.

Die Wettkampfteilnehmer melden sich eine halbe Stunde vor Wettkampfbeginn direkt an ihrer Wettkampfanlage.

Hinweis: Die LSW-DM im Dreikampf Diskus griechisch findet am 31.05.2026 (**NEU!**) in Hausen statt.

Bei der Gewichtwurf-Dreikampf-Sonderwertung werfen **alle Altersklassen (w + m)** - im Gegensatz zur DM 2025 - **nur RKS-Gewichte mit 3,00 + 5,00 + 7,50 kg / 50 cm Länge!** **Einarmgewicht-3-Kampf: Alle AK w + m werfen mit 3 + 5 + 7,5 kg!**

Dem Rat vieler Sportler/-innen folgend verzichten wir dieses Mal auf den Einsatz der schweren Heavy-Weights und setzen nur die leichten RKS-Gewichte ein, die auch bei Dreikampfwettkämpfen aus dem Hammerwurf gelten.

Alle Einarmgewichtwürfe erfolgen aus dem Diskusring heraus. Beim Historischen Gewichtwerfen ist auch beidarmig zulässig!
Insofern unterscheidet sich diese DM von der, bei der alle Würfe aus dem Hammerwurf heraus erfolgen müssen. Im Übrigen gilt die WKO von LSW-Spezialsport Deutschland mit Stand 01.01.2026.

Die DM im Gewichtwurf-Dreikampf aus dem Hammerwurf wird im Herbst 2026 in Mutterstadt durchgeführt.

Gerätegewichte bei der Einzelwertung im einarmigen Gewichtwerfen:

3,00 kg: m U 16 + M 70 u. ä. + w U 16 + W U 18 + w U 20 + W 50 u. ä.

5,00 kg: m U 18 + M 60 + M 65 + W 20 bis W 45 + WHK

7,50 kg: m U 20 + M 20 bis M 55 + MHK

Meldungen unter Angabe des **Namens**, ggfls. der **Mannschaft**, des **Geburtsjahrganges**, der **AK**, der **LSW-Mitgliedschaft**, der **Disziplin(en)** und des **Heimatvereins** (keine LG, RG, SG etc.) bitte **per Email** an **lswmutterstadt@gmail.com** senden (und wegen Detailplanung nachrichtlich an gerhard.zachrau@gmx.de). Bei dringenden Rückfragen: Tel. 0171 68 25 159!

Startgebühren für LSW-Mitglieder pro Disziplin:

m / w Jugend U 18/U 20: 5,00 € (je Einzel) Je Dreikampf: 10,00 €

M 20/W 20 und älter: 9,00 € (je Einzel) Je Dreikampf: 15,00 €

Mannschaften: kostenlos HK-Zusatzstart: kostenlos

Keine Nachmeldungen!

Nichtmitglieder von LSW zahlen pro Disziplin eine um 5,00 Euro erhöhte Startgebühr.

Die Startgebühren sind direkt bei der Meldung an **LSW-Spezialsport Deutschland e.V. (IBAN: DE21 2689 1484 0500 7976 039)** zu überweisen. Die Anmeldung wird nur bei rechtzeitigem Startgeldeingang bis 10 Tage vor dem Wettkampf akzeptiert.

Meldeschluss: **14.04.2026, 24.00 Uhr!**

Medaillen: Diese werden für die ersten drei Plätze direkt nach den jeweiligen Wettkämpfen am Wettkampfort überreicht. Für Mannschaften und Hauptklasse gibt es keine Medaillen.

Diese Ehrung ist Bestandteil der Meisterschaft. Medaillen werden daher nicht nachgesendet!

Urkunden: Eine Ausgabe nach dem Veranstaltungsende (ca. 18.30 Uhr) wird angestrebt. Falls nicht möglich, werden die Urkunden auf Wunsch per - mitzuteilender - Mail zugestellt.

Hygienevorschriften:

Die u.U. offiziell geltenden Hygienevorschriften sind strikt zu beachten. Geräte, die von Hand zu Hand gehen, sollten direkt nach Nutzung desinfiziert werden! Der Ausrichter hält Desinfektionsmittel an den Wettkampfstätten bereit.

Datenschutzbestimmungen:

Die meldenden Vereine und die von ihnen Gemeldeten erklären mit der Meldungsabgabe, dass sie mit der Speicherung ihrer personenbezogenen Daten einverstanden sind und auch damit, dass die Wettkampfdaten in Meldelisten, Wettkampfprotokollen und Ergebnis- sowie Bestenlisten, auch auf elektronischem Wege, gespeichert und veröffentlicht werden dürfen. Die Veröffentlichung erfolgt u.a. auf den Internetseiten des Ausrichters, der Sportverbände sowie auch in den Medien.

Weiter besteht Einverständnis zur elektronische Ergebnisübermittlung zum Deutschen Rasenkraftsport- und Tauziehverband (DRTV), zum Rasenkraft- und Tauziehverband Rheinland-Pfalz (RTV), zum LSW-Spezialsport Deutschland (LSW), zum Deutschen Leichtathletikverband (DLV) sowie deren Gliederungen mit dem Ziele u.a. der Erstellung von Bestenlisten sowie der Medienarbeit. Zusätzlich erklären die Vereine mit der Abgabe ihrer Meldungen, auch im Namen der gemeldeten Teilnehmer und Kampfrichter/Helfer (sowie diese auch eigenständig), dass die in der Anmeldung genannten Daten sowie die im Rahmen der Veranstaltung erstellten Fotos, Filmaufnahmen oder fotomechanischen Vervielfältigungen u. ä. ohne Vergütungsansprüche der jeweiligen Teilnehmer und/oder deren Vereine vom Veranstalter sowie Dritten (wie z.B. Medien und Sponsoren) genutzt werden dürfen. Gleiches gilt für Teilnehmer/-innen und Vereine bei Nachmeldungen.

Erfolgt kein Einverständnis, so ist dies zwingend dem Ausrichter mit der Wettkampfanmeldung mitzuteilen.

Christian Tauscher (LSW-Spezialsport Deutschland)

Dominique Zachrau (RKS Phoenix Mutterstadt)