



## AUSSCHREIBUNG

# 8. Offene Deutsche Meisterschaft 2014

im

## Fitness-Vierkampf

**Datum:** **Sonnabend, 17. Mai 2014**  
**Eröffnung:** **12.00 Uhr** **Anmeldung: bis 11:00 Uhr**  
**Ort:** **Themar/Thüringen, Sporthalle an der Stadtmauer / Mauerstraße**  
**Ausrichter:** **TSV 1911 Themar e.V. / Abt. Fitness, Kraft & Rehasport**  
**Meldung an :** **Peter Kotschenreuther, 0170-12 86 85 5**  
**E-Mail:** **peter.kotschenreuther@gmx.de**  
**Meldeschluss:** **12. Mai 2014**  
**Startgeld:** 15,00 Euro, bei Nachmeldungen erhöht sich das Startgeld auf 20 Euro, 5,00 Euro für Schüler/bei Nachmeldungen 10 Euro, Das Startgeld wird mit der Meldung überwiesen auf das Konto: **TSV 1911 Themar Kreissparkasse Hildburghausen BLZ: 84054040 Konto: 1180008355**

Altersklassen/männlich/weiblich	Disziplinen-männlich	weiblich
<b>AK/Jugend 1</b> 14-16 Jahre	Klimmziehen 90 Sek	Beinheben/Sprossenw. 1min
<b>AK/Jugend 2</b> 17-19 Jahre	Schlussdreisprung	Schlussdreisprung
<b>AK I</b> 20 bis 39 Jahre	Beugestütze oder 90 Sek.	Med.ball-Stoßen
<b>AK II</b> 40 bis 49 Jahre	Liegestütze für AK IV und AK V	Seilspringen.1min
<b>AK III</b> 50 bis 59 Jahre	Kniebeuge 25 kg/1 Min.	
<b>AK IV</b> 60 bis 69 Jahre	Jug. 1 und ab 70 15 kg/1 Min.	
<b>AK V</b> ab 70 Jahre		

**WK +88kg Körpergewicht/ohne Altersbegrenzung (wiegen in kurzer Sportkleidung ohne Schuhe)**

Wettkampfdisziplinen, Bewertung und Regeln unter: [www.fitnessvierkampf.de](http://www.fitnessvierkampf.de)

**Kleines Imbissangebot in der Sporthalle ab 10:00 Uhr**

**Fleischerei Schröter - Themar**

