

Dreikampf / 800 m = Einzeldisziplin									Einzeldisziplinen								Zeit
Zeit	M7, M8	M9	W7, W8	W9	M10	M11	W10	W11	M12	M13	W12	W13	M14, M15	W14, W15	WJU18, WJU20, Frauen	MJU18, MJU20, Männer	
10.00			Weit 3	S-Ball 2			S-Ball 1	S-Ball 1	Weit 1	Weit 2	Kugel	Kugel	80 m Hü	Hoch 1	Hoch 1		10.00
															Speer		
10.15														80 m Hü			10.15
10.30												60 m Hü					10.30
10.40			S-Ball 2								60 m Hü						10.40
10.50					S-Ball 1	S-Ball 1				60 m Hü							10.50
11.00				Weit 3					60 m Hü		Hoch 1		Weit 1/2			Speer	11.00
11.10									Kugel	Kugel							11.10
11.20	50 m		50 m														11.20
11.30							50 m	50 m									11.30
11.40		50 m		50 m													11.40
11.50					50 m	50 m	Weit 1	Weit 2									11.50
12.00	Weit 3										Speer	Speer 2	Kugel				12.00
12.10									Hoch 1						100 m	100 m	12.10
12.20										Ball 1			100 m				12.20
12.30					Weit 2	Weit 1								100 m			12.30
12.40												75 m					12.40
12.50									Speer		75 m						12.50
13.00	S-Ball 1	Weit 3							75 m				Hoch 1		Kugel	Hoch 1	13.00
13.10										75 m							13.10
13.20											Weit 1	Weit 2					13.20
13.30			800 m	800 m													13.30
13.40							800 m	800 m		Speer 2			14: Speer				13.40
13.50		S-Ball 1			800 m	800 m								Kugel			13.50
14.00									800 m								14.00
14.10										800 m		Hoch 1		Weit 1/2			14.10
14.20												800 m					14.20
14.30											800 m		15: Speer				14.30
14.40	800 m	800 m									Ball 1	Ball 1					14.40
14.50									2000 m	2000 m						Kugel	14.50
15.00										Hoch 1	2000 m	2000 m			Weit 1	Weit 2	15.00
15.10														3000 m	3000 m		15.10
15.20													3000 m	Speer		3000 m	15.20
15.40									Ball 1					800 m	800 m		15.40
15.50													800 m			800 m	15.50
16.10													Drei (15)	Drei (15)	Drei	Drei	16.10
16.30													Diskus	Diskus			16.30
Zeit	M7, M8	M9	W7, W8	W9	M10	M11	W10	W11	M12	M13	W12	W13	M14, M15	W14, W15	WJU18, WJU20, Frauen	MJU18, MJU20, Männer	Zeit

Kugel / Speer Senioren / Seniorinnen ist vorerst geplant zu den Zeiten der
Männer / Frauen

Hinweise:

° In den AK 7 bis 11 führen wir einen Dreikampf durch (800 m als Einzelwettbewerb), ab der AK 12 Einzeldisziplinen.

° Alle Läufe sind Zeitfinals.

° Kinder der AK 7, 8, 9 starten über 50 m aus dem Hochstart / auf eigenen Wunsch können Kinder der AK 9 aus dem Tiefstart laufen -

Kommando bei allen Sprints "Auf die Plätze - fertig - Schuss"

° Anfangshöhen im Hochsprung (es wird jeweils um 5 cm gesteigert):

M12: 1,15 m // M13: 1,20 m // W12: 1,10 m // W13: 1,15 m // M14, M15: 1,35 m // MJU18 bis Männer: 1,50 m // W14 bis Frauen: 1,25 m