

Frühjahrssportfest des Ohrdrufers LV am 07.05.2022 in Ohrdruf, Sportstätten am Goldberg

geänderter Zeitplan
Stand: 30.04.2022

Hinweis zu Nachmeldungen: Nachmeldungen sind nur noch per E-Mail bis Mittwoch, 04.06.2022, 16.00 Uhr, möglich. Danach und am 07.05. werden keine Nachmeldungen mehr angenommen.

Dreikampf, 800 m = Einzeldisziplin									Einzeldisziplinen														
Zeit	M7, M8	M9	M10	M11	W7, W8	W9	W10	W11	M12	M13	M14	M15	MJU18	MJU20	M, Sen	W12	W13	W14	W15	WJU18	WJU20	F, Senl	Zeit
10.00					Weit 3	S-Ball 1	S-Ball 2		Weit 1	Weit 2	80 m H	80 m H				Kugel	Kugel	Hoch	Hoch	Hoch Speer	Hoch Speer	Hoch Speer	10.00
10.15																		80 m H	80 m H				10.15
10.30																	60 m H						10.30
10.40												Weit 2				60 m H							10.40
10.50			S-Ball 1		S-Ball 2					60 m H													10.50
11.00		Weit 3							60 m H				Speer	Speer	Speer								11.00
11.10							50 m	50 m	Kugel	Kugel	Weit 1					Hoch	Hoch						11.10
11.20	Weit 2																						11.20
11.30						50 m																	11.30
11.40					50 m												Ball 1						11.40
11.50			50 m	50 m		S-Ball 2																	11.50
12.00		50 m			Weit 3						Kugel	Kugel											12.00
12.10	50 m						Weit 1	Weit 2		Ball 1													12.10
12.20									Hoch				100 m	100 m	100 m	Speer							12.20
12.30	S-Ball 1										100 m	100 m											12.30
12.40			Weit 3																	100 m	100 m	100 m	12.40
12.50				Weit 4														100 m	100 m				12.50
13.00									75 m		Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch		75 m			Kugel	Kugel	Kugel	13.00
13.10		S-Ball 1														75 m							13.10
13.20									Speer	75 m							Speer	Weit 1					13.20
13.30					800 m	800 m													Weit 2				13.30
13.40							800 m	800 m															13.40
13.50			800 m																				13.50
14.00				S-Ball 2					800 m							Ball 1		Kugel	Kugel				14.00
14.10	800 m																Weit 3			Weit 1	Weit 1	Weit 1	14.10
14.20		800 m								800 m	Speer	Speer											14.20
14.30										Hoch													14.30
14.40									2000 m	2000 m						2000 m	2000 m						14.40
14.55											3000 m	3000 m	3000 m	3000 m	3000 m			3000 m	3000 m	3000 m	3000 m	3000 m	14.55
15.00													Weit 2 Kugel	Weit 2 Kugel	Weit 2 Kugel								15.00
15.10				800 m																			15.10
15.20									Ball 1							Weit 3/4	800 m	Speer	Speer				15.20
15.30											800 m	800 m	800 m	800 m	800 m								15.30
15.40										Speer 2							800 m	800 m	800 m	800 m	800 m	800 m	15.40
16.20												Drei	Drei	Drei	Drei				Drei	Drei	Drei	Drei	16.20
16.30											Diskus	Diskus				800 m		Diskus	Diskus				16.30
Zeit	M7, M8	M9	M10	M11	W7, W8	W9	W10	W11	M12	M13	M14	M15	MJU18	MJU20	M, Sen	W12	W13	W14	W15	WJU18	WJU20	F, Senl	Zeit
Dreikampf, 800 m = Einzeldisziplin									Einzeldisziplinen														

Weitere 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