

vorläufiger Zeitplan LM Senioren Freitag, 03.05.2024

Stand 28.02.2024

Zeit	M 30/35	M 40/45	M 50/55	M 60/65	M70+			W 30/35	W 40/45	W 50/55	W60/65	W70+		Zeit
15:30				Hammer	Hammer						Hammer	Hammer		15:30
16:30	Stab	Stab	Stab	Stab	Stab			Stab	Stab	Stab	Stab	Stab		16:30
16:45								Hammer	Hammer	Hammer				16:45
18:00	Hammer	Hammer	Hammer											18:00

vorläufiger Zeitplan LM Senioren Samstag, 04.05.2024

Zeit	M 30/35	M 40/45	M 50/55	M 60/65	M70+	ParaM		W 30/35	W 40/45	W 50/55	W60/65	W70+	ParaW	Zeit
09:30								Speer 2	Speer 2	Diskus 2	Diskus 2	Diskus 2	Kugel-Rolli	09:30
													auf Diskus 1	
09:45				Weit 1	Weit 1	100m-Rollis							100m-Rollis	09:45
09:45						Standweit 2		Hoch	Hoch	Hoch			Standweit 2	09:45
10:00	100m													10:00
10:05		100m												10:05
10:10			100m											10:10
10:15				100m									Diskus 1	10:15
10:20					100m									10:20
10:30						100m				Speer 2	Speer 2	Speer 2		10:30
10:45													100m	10:45
10:55								100m	100m					10:55
11:00	Weit 1	Weit 2	Weit 2			Kugel-Rolli		Diskus 2	Diskus 2	100m	100m			11:00
11:05						F30-57							100m	11:05
11:10				Hoch	Hoch	auf Diskus 1								11:10
11:20						800m							800m	11:20
11:30	800m	800m									Kugel 1	Kugel 1		11:30
11:40			800m	800m										11:40
11:50					800m									11:50
12:00						Weit 1		800m	800m				Weit 2	12:00
12:00					Diskus 2	Kugel								12:00
12:10						F4x/F6x				800m	800m			12:10
12:20												800m		12:20
12:30						Diskus 1		Kugel 1	Kugel 1	Kugel 2	Hoch	Hoch		12:30
12:40						F1x/F3x								12:40
12:50						200m-Rollis							200m-Rollis	12:50
13:00				Diskus 2		200m							200m	13:00
13:00													Kugel	13:00
13:10	200m	200m												13:10
13:20			200m	200m										13:20
13:30					200m	Diskus 1								13:30
13:30					Kugel 1 2	F4x/F6x								13:30
13:40								200m	200m					13:40
13:50										200m	200m	200m		13:50
14:00	Diskus 2	Diskus 2				Kugel								14:00
14:00						F1x/F3x		Weit	Weit	Weit	Weit	Weit		14:00
14:10	1500m	1500m	1500m											14:10
14:20	Hoch	Hoch	Hoch	1500m	1500m	1500m								14:20
14:30						Diskus 1								14:30
14:35						F33-57		1500m	1500m	1500m				14:35
14:50						Rollis					1500m	1500m	1500m	14:50
15:00			Diskus 2											15:00
15:10	110H	110H												15:10
15:20			100H	100H				100H						15:20
15:30	Kugel 1			Kugel 2	80H	Speer 1			80H	80H	80H	80H	Speer 1	15:30
15:40	Drei	Drei	Drei	Drei	Drei	F33-57								15:40
15:50	400m	400m				Rollis								15:50
16:00			400m	400m	400m									16:00
16:10								400m	400m					16:10
16:20										400m	400m	400m		16:20
16:30		Kugel 1	Kugel 2	Speer 3	Speer 3	400m							400m	16:30
16:40						Speer 1		4x100m	4x100m	4x100m	4x100m	4x100m		16:40
16:50	4x100m	4x100m	4x100m	4x100m	4x100m	F1x/F3x/F4x								16:50
17:00								Drei	Drei	Drei	Drei	Drei		17:00
17:10														17:10
17:15	Olymp. St.	Olymp. St.	Olymp. St.	Olymp. St.	Olymp. St.									17:15
17:30	Speer 1	Speer 1	Speer 3					Olymp. St.	Olymp. St.	Olymp. St.	Olymp. St.	Olymp. St.		17:30

Änderungen nach Meldeingang möglich!
Alle Läufe als Zeitendläufe