

Zeitplan Kehraus 2024

am Samstag, den 14. September 2024 im Nattenbergstadion Lüdenscheid

Meldungen an: meldung@lg-luedenscheid.de oder im LA.net 3. Meldeschluss: Dienstag, der 10. September 2024

Startunterlagen ab 11 Uhr im Stadion (Wettkampfbüro). 11.15 Uhr: Kampfrichterbesprechung.

alle Läufe sind Zeitendläufe.

Zeit	M (alle AK)	MJU20	MJU18	MJU16 (M14 M15)	MJU14 (M12 M13)	MKU12 (M10 M11)	W (alle AK)	WJU20	WJU18	WJU16 (W14 W15)	WJU14 (W12 W13)	WKU12 (W10 W11)	Zeit
12:00	Kugel	Kugel	Kugel			50m	Hoch	Hoch	Hoch	Weit 2		50m	12:00
12:15					75m						75m		12:15
12:30	100m	100m	100m	100m		Weit 1							12:30
12:45												Weit 2	12:45
12:50	Hoch	Hoch	Hoch				100m	100m	100m	100m			12:50
13:00				Kugel	Kugel								13:00
13:10	800m	800m	800m	Weit 1	Weit 1						Weit 2		13:10
13:20							800m	800m	800m				13:20
13:30				Hoch									13:30
13:40	400m	400m	400m										13:40
13:50							400m	400m	400m	Kugel	Kugel		13:50
14:00	200m	200m	200m				Weit 2	Weit 2	Weit 2	Hoch			14:00
14:10							200m	200m	200m				14:10
14:30	Weit 1	Weit 1	Weit 1	800m	800m	800m							14:30
14:45							Kugel	Kugel	Kugel	800m	800m	800m	14:45
15:15					4x75m		Dreisp 2	Dreisp 2	Dreisp 2	Dreisp2 W15	4x75m		15:15
15:30	4x100m	4x100m	4x100m	4x100m			4x100m	4x100m	4x100m	4x100m			15:30
15:45	Dreisp 2	Dreisp 2	Dreisp 2	Dreisp2 M15									15:45
15:45	3.000m	3.000m	3.000m				3.000m	3.000m	3.000m				15:45

Zeitplanänderungen vorbehalten

Kugelstoßen: Die Kugel-Gewichte richten sich nach den Bestimmungen der DLO.

Höhen Hochsprung:

M, MJU20, MJU18	1,40m bis 1,55m je 5cm, weiter je 3cm	W, WJU20, WJU18	1,30m bis 1,50m je 5cm, weiter je 3 cm
M30 und älter	1,25 bis 1,55 je 5cm, weiter je 3cm	W30 und älter:	1,20 bis 1,50 je 5cm, weiter je 3cm
MJU16:	1,25m, weiter je 3 cm	WJU16:	1,20m, weiter je 3 cm