

Konstis Laufnacht

TV Denzlingen Leichtathletik

Mittwoch, 16. September 2015 - Denzlingen - Schulsportstadion

Z E I T P L A N

Uhrzeit	Männer MJ U 20/18	Frauen WJ U 20/18	MJ U16 M15 / M14	MJ U14 M13 / M12	WJ U16 W15 / W14	WJ U14 W13 / W12
16.00 Uhr	Stadionöffnung					
17.00 Uhr				75m		75m
17.15 Uhr		Speer 600g(F&U20)	Speer 600g		150m	
17.30 Uhr			150m	5er Sprung* 1		5er Sprung* 2
17.45 Uhr		150m				
18.00 Uhr	150m					
18.15 Uhr			5er Sprung* 1	Speer 400g	5er Sprung* 2	Speer 400g
18.30 Uhr					1000m	1000m
18.45 Uhr		Speer 500g (U18) Dreisprung / Breisgauer Meile	1000m	1000m	Speer 500g	
19.00 Uhr	Dreisprung					
19.15 Uhr	Breisgauer Meile					
19.30 Uhr	Speer 800g/700g	300m			300m	
19.45 Uhr	300m		300m			
20.00 Uhr		1500m Hi (WJ U18)	1500m Hi (76cm)			
20.15 Uhr					1000m Hi (76cm)	
20.30 Uhr		2000m Hi (76cm)				
20.45 Uhr	2000m Hi (91cm)					
Zeitplanänderungen vorbehalten						

*Der 5er-Sprung wird entsprechend der DLV-Vorgaben ausgetragen: 5 Sprünge mit beliebiger Reihenfolge der Fußaufsätze, letzte Landung in der Grube. Der Absprung erfolgt aus einer vor dem Sprung anzugebenden Sprungzone (11,50-12,70/ 12,70-13,90/ 13,90-15,10/ 15,10-16,30). Die Anlaufänge ist unbegrenzt, empfohlen wird aber eine Länge von nicht mehr als acht Anlaufschritten (ca. 12 bis 14 Meter) vor dem ersten Hop.

Für
Konstantin Kulke
2.9.1997 - 25.4.2015

