Ablaufplan 2020

LHM Jugend U 14
LHF Kinder U 12

Potsdam Luftschiffhafen 07.02.2020
V. Pietsch

Ablaufplan Anlagen

Lauf	Weit 1	Weit 2	Weit 3	Weit 4	Hoch 1	Hoch 2	Kugel
10:00							
05							
10							
15							
20							
25							
30	60 m Hü M 13 7						
35	60 m Hü M 12 14		einspringen 15 min				
40							
45	60 m Hü W 13 25		Weit M 13 60 min 25	einspringen 15 min	einspringen 15 min		einstossen 15 min
50							
55	60 m Hü W 12 29			Weit M 12 50 min 36	Weit M 12 50 min		Kugel W 12 50 min 15
11:00							
05							
10							
15							
20	60 m Hü M 13/M 12 F						
25	60 m Hü W 13/W 12 F						
30							
35	50 m W 11 ZV						
40							
45							
50	63						
55	50 m W 10 ZV	einspringen 15 min	einspringen 15 min	einspringen 20 min	einspringen 20 min		einstossen 15 min
12:00							
5							
10	64	Weit W 13 60 min 45	Weit W 13 60 min	Weit W 12 70 min 58	Weit W 12 70 min		Kugel M 13 50 min 14
15	50 m M 11 ZV						
20							
25	39						
30	50 m M 10 ZV						
35							
40	44						
45							
50							
55							
13:00							
5	50 m W 11 F						einstossen 15 min
10	50 m W 10 F						
15	50 m M 11 F						
20	50 m M 10 F						Kugel M 12 50 min 14
25		einspringen 20 min	einspringen 20min				
30							
35	60 m M 13 ZV			einspringen 20 min	einspringen 20 min		
40							
45	36	Weit W 11 65 min 63	Weit W 11 65 min				
50	60 m M 12 ZV			Weit W 10 65 min 61	Weit W 10 65 min		
55							
14:00	38						
5	60 m W 13 ZV						
10							
15	47						
20	60 m W 12 ZV						
25							einstossen 15 min
30	64						
35							
40							Kugel W 13 55 min 17
45							
50			einspringen 20 min				
55							
15:00	60 m M 13 F						
5	60 m M 12 F			einspringen 15 min	einspringen 15 min		
10	60 m W 13 F		Weit M 10 70 min 41				
15	60 m W 12 F			Weit M 11 45 min 43	Weit M 11 45 min		
20							
25							
30							
35	4x 50 m WJ U 14						
40							
45	21						
50							
55	4x 50 m WK U 12				einspringen 15 min	einspringen 15 min	
16:00							
5	27				Hoch W 12 60 min 15	Hoch W 13 40 min 6	
10							
15	4x 50 m MJ U 14						
20							
25	13						
30	4x 50 m MK U 12						
35							
40	16						
45							
50	800 m W 10						
55	32						einspringen 15 min
17:00							
5	800 m W 11						
10	35				einspringen 15 min	Hoch M 12 50 min 15	
15							
20	800 m M 10				Hoch M 13 40 min 6		
25	32						
30							
35	800 m M 11						
40	21						
45	800 m W 12						
50	31						
55							
18:00	800 m W 13						
5	24						
10	800 m M 12						
15	24						
20	800 m M 13						
25	24						
30							
35							

Ablaufplan Altersklassen

M 13	M 12	W 13	W 12	M 11	M 10	W 11	W 10
10:00							
05							
10				Blaue Schrift = Aufruf			
15	60 m Hü			Rote Schrift = geplante Siegerehrung			
20	60 m Hü						
25	Weit						
30	60 m Hü	Weit	60 m Hü				
35	einspringen 15 min	60 m Hü					
40			60 m Hü				
45	Weit M 13 60 min 25	einspringen 15 min	60 m Hü	einstossen 15 min			
50							
55		Weit M 12 50 min 36		60 m Hü			
11:00							
05				Kugel W 12 50 min 15			
10							
15							
20	60 m Hü F	60 m Hü F				50 m	
25			60 m Hü F	60 m Hü F			
30							
35						50 m	
40							50 m
45		Weit					
50			Weit				
55							
13:00						50 m F	50 m F
5		einstossen 15 min			50 m F	50 m F	
10							50 m F
15		60 m Hü			50 m F		
20	60 m	Kugel M 12 50 min 14			50 m F		Weit
25						einspringen 20 min	Weit
30			60 m Hü				
35	60 m	60 m					einspringen 20 min
40							
45		Weit					Weit W 11 65 min 63
50	Kugel	60 m	Weit				
55							Weit W 10 65 min 61
14:00				50 m			
5		60 m	60 m		50 m		
10							
15							
20			60 m				
25		einstossen 15 min					
30							
35							
40		Kugel W 13 55 min 17				Weit	
45							
50	60 m F	Kugel 60 m F				einspringen 20 min	
55				Weit			
15:00	60 m F		60 m F				50 m
5		60 m F		einspringen 15 min			
10		60 m F			Weit M 10 70 min 41		50 m
15		60 m F	60 m F				
20			4x 50 m	Weit M 11 45 min 43			
25							Weit
30							Weit
35		4x 50 m WJ U 14					
40							4x50 m
45	60 m						
50	60 m						
55		60 m	einspringen				4x 50 m WK U 12
16:00	4x 50 m	15 min	60 m				
5		Kugel					
10		Hoch W 13 40 min 6	Hoch W 12 60 min 15				
15	4x 50 m MJ U 14				4x 50 m		
20							
25							
30				4x 50 m MK U 12			
35							800 m
40							
45							
50	4 x 50 m			Weit		800 m	800 m
55	einspringen 15 min				Weit		
17:00							
5					800 m	800 m	
10	einspringen 15 min	Hoch M 12 50 min 15	4x 50 m				
15							
20				800 m	800 m	4x 50 m	
25	Hoch M 13 40 min 6						800 m
30		Hoch	800 m				
35				800 m			
40						800 m	
45		800 m	800 m	4x 50 m			
50							
55		800 m			800 m		
18:00		800 m	Hoch				
5	800 m			800 m			
10		800 m					
15							
20	800 m		800 m				
25							
	Hoch	Hoch	800 m				
	800 m	800 m					