

Zeit	U18 m	U18 w	U16 m	U16 w	U14 m	U14 w	U12 m	U12 w	U10	U8
10:00	Hoch (1)	Kugel	Hoch (1)	Kugel	Hoch (2)	50 m (1)				
10:15						50 m (2)				
10:20	Kugel	Hoch (1)	Kugel	Hoch (2)						
10:30										
10:35			50 m (1)							
10:40	50 m (1)				Kugel					
10:50			50 m (2)			Hoch 1+2				
11:00	50 m (2)									
11:10		50 m (1)								
11:20				50 m (1)						
11:30		50 m (2)				Kugel				
11:40				50 m (2)						
12:00					50 m (1)					
12:15					50 m (2)					
12:30	800 m		800 m							
12:35		800 m		800 m						
12:45					800 m	800 m (2)				
13:00							Riegenaufstellung	Riegenaufstellung	Riegenaufstellung	Riegenaufstellung
13:15								Scher-Hochsprung (1+2)	Mehrfachsprünge 1+2	Stoßen 1,5 kg 1+2
13:30							50 m			
13:45								50 m		
14:00							Stoßen 1+2 1,5 kg-neu			30 m
14:15									40 m	
14:30							Scher-Hochsprung 1-2	Stoßen 1+2 1,5 kg. neu		Einbein-Hüpfstaffel 1+2
15:15							800 m		Stoßen 1+2 1,5 kg-neu	
15:30								800 m		
15:45									600 m	
16:15										400 m

Zeitplan vorläufig! Anfangshöhe-Hochsprung U18m+w 1,25 m, U16 m+w 1,05 m, U14 m 1,05 m, U 14 w 1,00 m*U12 m+w 0,80 m Steigerung 5x5 cm, dann 3 cm

2025.02.13