

TEAM-DM SENIOREN am 3. September 2016 in Essen

ZEITPLAN

7:45 Uhr Mannschaftsbesprechung										
Uhrzeit	M30	M40	M50	M60	M70	W30	W40	W50	W60	Uhrzeit
09:30			Diskus							09:30
10:00	Weit 1	Hoch 1	Weit 2	100 m		Hoch 2				10:00
10:10									100 m	10:10
10:20	Kugel 1			Kugel 2				100 m		10:20
10:30					100 m					10:30
10:50							Diskus			10:50
11:00			800 m							11:00
11:10		800 m								11:10
11:20	800 m									11:20
11:30						800 m				11:30
11:40				Weit 2			800 m	Weit 1		11:40
11:45			Kugel 2						Kugel 1	11:45
11:50						Diskus				11:50
12:00	Hoch 1									12:00
12:15									3000 m	12:15
12:35					Diskus					12:35
12:40								3000 m		12:40
13:00		Kugel 2					Kugel 1			13:00
13:30		100 m								13:30
13:40			100 m	Diskus					Weit 1	13:40
13:45					Weit 2					13:45
13:50	100 m									13:50
14:00						100 m				14:00
14:10							100 m			14:10
14:15			Hoch					Kugel 2		14:15
14:30					3000 m					14:30
14:45		Diskus								14:45
14:45		Weit 1				Weit 2				14:45
14:50				3000 m						14:50
15:10			3000 m							15:10
15:20						Kugel 1				15:20
15:30		3000 m			Kugel 2					15:30
15:40							Weit 1			15:40
15:50	3000 m									15:50
15:55	Diskus									15:55
16:15				4x100m						16:15
16:25								4x100m		16:25
16:35			4x100m							16:35
16:45									4x100m	16:45
16:55					4x100m					16:55
17:05						4x100m				17:05
17:15		4x100m								17:15
17:25							4x100m			17:25
17:35	4x100m									17:35
SIEGEREHRUNG										