

Zeitplan

M30/35	M40/45	M50/55	M60/65	M70/75	M80/85/ 90/95	Zeit	W30/35	W40/45	W50/55	W60/65	W70/75/ 80/85/90/ 95
			Weit			10:30	Kugel	Kugel			
					60m	10:40					
				60m		10:45					
			60m			11:00					
		60m				11:15					
	60m					11:25					
Kugel				Weit	Weit	11:30					
60 m						11:35					
						11:45	60m				
						11:50		60m			
						11:55			60m		
Hoch	Hoch					12:00				60m	60m
800m						12:25					
Stab	Stab	Stab	Stab	Stab	Kugel	12:30	Stab	Stab	Stab	Stab	
	800m			Kugel		12:35	Weit	Weit			
		800m				12:45					
			800m			12:55					
						13:00					
				800m	800m	13:05					
		Hoch				13:15	800m	800m	800m	800m	800m
200m	Kugel					13:30			Weit	Weit	Weit
	200m					13:40					
		200m				13:50					
			200m			14:00					
				200m		14:10					
		Weit	Hoch		200m	14:30					
						14:40	200m				
		Kugel				14:45		200m			
						14:55			200m		
						15:00				200m	200m
3000m	3000m					15:20					
				Hoch	Hoch	15:30					
		3000m	3000m	3000m	3000m	15:35					
						15:55	3000m	3000m	3000m	3000m	3000m
Weit	Weit		Kugel			16:00					
4x200m	4x200m	4x200m				16:20					
			4x200m	4x200m		16:30	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch
						16:45	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m
400m						17:00			Kugel	Kugel	Kugel
	400m					17:10					
		400m				17:20					
			400m			17:30					
				400m	400m	17:40					
						17:50	400m	400m	400m	400m	400m
						18:00					

Änderungen im Zeitplan nach Meldeschluss vorbehalten

Änderungen im Zeitplan nach Meldeschluss vorbehalten

Kugelgewichte: Senioren
 M 30 - M45 7,26 kg
 M50/55 6 kg
 M60/65 5kg
 M70/75 4 kg
 M80 + 3 kg
 Seniorinnen
 W30 - W45: 4kg
 W50 - 70 3kg
 W75 + 2kg

Sprunghöhen werden von der WK-Leitung in Absprache mit den Teilnehmer festgelegt. Steigerung ist konstant 4 cm!
 Im Weitsprung und im Kugelstoß sind nur 4 Versuche möglich.
 Lediglich 1 Versuch (nach Liste) zum Einspringen / Einwerfen.
 Im Stabhochsprung erfolgt die Einteilung an der WK-Anlage. Ggf.