<u>Ablaufplan</u> Mehrkampf-Meeting Sonnabend,28.04.18

28.04.2018									
Samstag	**7-Kampf wbl.**	**Profis U18 U20**	**JMZK**	**Block MK MJU16**	**Block MK MJU16**	**Block MK WJU16**	**Block MK WJU16**	**Block MK MJU14**	**Block MK WJ U14**
				Block S/S 14 +15	Wurf+Lauf 14+15	Block S/S 14+15	Wurf+Lauf 14+15	Lauf	Lauf
Riege	**1**	**2**		**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**
T.Anzahl	11	10	18	8	18	13	6	18	30
Riegenf.	Merle	Olaf	Ari	Detlef	Bernd	Beate	Lydia	Anna	Max
10:45	**100m Hü**								
11:00		**100m**		**Weit 1**	**Weit 2**				
11:15			**100m**						
11:30	**Hoch 1**					**80m Hü**	**80mHü**		
11:45		**Weit 1**	**Weit 2**						
12:00				**80mHü**	**80mHü**	**Hoch 2**			
12:15									
12:30					**Diskus/Ball**		**Diskus/Ball**	**60m Hü**	**60m Hü**
12:45		**Kugel 1**	**Kugel 2**	**Hoch 1**					
13:00						**Speer**			
13:15	**Kugel 2**							**Weit 1**	**Weit 2**
13:30									
13:45		**Hoch 1**			**100m**	**100m**	**100m**		
14:00			**Stab**						
14:15				**100m**		**Weit 1**	**Weit 2**	**Ball**	**Ball**
14:30									
14:45	**100m**			**Speer**	Kugel/2000m		Kugel/2000m		
15:00	**200m**							**75m**	**75m**
15:15									
15:30									
15:45								**800m**	**800m**
16:00									
16:15		**400m**	**400m**						
16:30									
16:45									
17:00	**Danach große Grillparty !!!**								
18:00									