SV 1919 Sonsbeck e.V. ...gemeinsam stark!

Ablaufplan Herbst Meeting SV Sonsbeck Freitag 09.09.2022
Zeitplan Langstaffel LVN Region Nord Meisterschaften

Zeit Teilnehmer	MU12	WU12	Staffeln							
17:00	Ball	Weit1								
17:30	Weit1	Ball								
18:00	50m	50								
18:20	Hoch	Hoch								
19:00			4x400 m	U20-F/M						
19:15			3x800 m	MU14/WU14/16/18/20/F						
19:30			3x1000m	MU16/18/20/M						

SV 1919 Sonsbeck e.V. ...gemeinsam stark!

Ablaufplan Herbst Mehrkampf Meeting SV Sonsbeck Samstag 10.09.2022

Zeit Teilnehmer	Männer (1)	MJU20 (0)	MJU18 (2)	MJU16 (7)	MJU16 Block SS/L/W (6)	Frauen (3)	WJU20 (6)	WJU18 (6)	WJU16 (29)	WJU16 Block SS/L/W (4)
10:00	100	100	100	100	100				Kugel 3kg	
10:10										100
10:30	Weit1	Weit1	Weit1	Weit1	Weit1	100Hü 83,8 cm	100Hü 83,8 cm			
10:45								100Hü 76,2 cm		
11:00										80Hü 76,2 cm
11:15					80Hü 83,8 cm					
11:30	Kugel 7,26 kg	Kugel 6 kg	Kugel 5 kg	Kugel1		Hoch	Hoch	Hoch	80Hü 76,2 cm 1. Lauf	Ball (BL 3) 200g
11:35					Ball (BL 2) 200g					Speer (BSS 2) 500g
12:00										
12:30	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch (BSS 4)	Kugel	Kugel	Kugel (BW 1)	100	Kugel (BW 1)
13:10										Diskus (BW1)
13:30								100		
13.45						200	200		Hoch	Weit1
14.00	400	400	400		Speer (BSS 4) 600g					
14.30					2000 (BL 2)					2000 (BL 3)
15.00										Hoch (BSS 2)

SV 1919 Sonsbeck e.V. ...gemeinsam stark!

Ablaufplan Herbst Mehrkampf Meeting SV Sonsbeck Sonntag 11.09.2022
vorläufiger Zeitplan 5. Trackmeeting

Zeit Teilnehmer	Männer (1)	MJU20 (0)	MJU18 (2)	MJU16 (7)	MJU14 Block SS/L/W (10)	Frauen (1)	WJU20 (6)	WJU18 (6)	WJU16 (29)	WJU14 Block SS/L/W (19)	Track Meeting
11:00	110Hü 1,067m	110Hü 99,1cm	110Hü 91,4cm			Weit	Weit	Weit	Speer 500g		
11:15				80Hü							
11:30					60Hü 76,2cm					60Hü 76,2cm	
11:45											
12:00	Diskus 2kg	Diskus 1,75 kg	Diskus 1,5kg	Diskus	Weit 1 + 2 Zone					Weit 1 + 2 Zone	
12:15											
12:30	Stab	Stab	Stab	Stab					Weit 1+2		50
12:45						Speer 600g	Speer 600g	Speer 500g			
13:00					75					75	75
13:15											100
13:30					Diskus (BW 2) 750g					Diskus (BW 1) 750g	400
13:45	Speer 800g	Speer 800g	Speer 700g	Speer 700g	Speer (BSS 5) 400g	800	800	800	800	Hoch (BSS 9)	800
14:00											2000
14:15	1500	1500	1500		Ball (BL 3) 200g					Ball (BL 8) 200g	1500
14:20				1000	Kugel (BW 2) 3kg					Kugel (BW 1) 3kg	
14:25											200
14:30					Hoch (BSS 5)					Speer (BSS 9) 400g	5000
15:00					800 (BL3)					800 (BL 8)	
15:00					Hoch (BSS 5)					Speer (BSS 9) 400g	
15:10											2000*