

Ablaufplan Mehrkampf Meeting SV Sonsbeck Samstag 07.05.2022

Zeit Teilnehmer	Männer (1)	MJU20 (4)	MJU18 (4)	MJU16 Block SS/W/L (7)	Frauen (2)	WJU20 (5)	WJU18 (5)	WJU16 (4)	WJU16 Block SS/W/L (18)	Läufe
10:00	100	100	100	100 (7)						4
10:10								100 (4)	100 (18)	5
10:30	Weit1	Weit1	Weit1	Weit1	100Hü 83,8 cm	100Hü 83,8 cm				
10:45							100Hü 76,2 cm			
11:00								80Hü 76,2 cm 1. Lauf	80Hü 76,2 cm	5
11:15				80Hü 83,8 cm						
11:30	Kugel 7,26 kg	Kugel 6 kg	Kugel 5 kg		Hoch	Hoch	Hoch	Hoch		2
11:35				Speer (BSS 4) 600g					Speer (BSS 15) 500g	
12:30	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch (BSS 4)						
12:30				Kugel (BW 2) 4kg	Kugel 4kg	Kugel 4kg	Kugel 3kg	Kugel 3kg	Kugel (BW 2) 3kg	
13:00				Ball (BL 1)					Ball (BL 1)	
13:30				Diskus (BW2) 1kg			100		Diskus (BW2) 1kg	
13:45					200	200			Weit1	
14:00	400	400	400							
14:30				2000 (BL 1)					2000 (BL 1)	
14:45									Hoch (BSS 15)	

Ablaufplan Mehrkampf Meeting SV Sonsbeck Sonntag 08.05.2022

Zeit Teilnehmer	Männer (1)	MJU20 (4)	MJU18 (4)	MJU14 Block SS/L/W (7)	Frauen (2)	WJU20 (5)	WJU18 (5)	WJU18 (4)	WJU14 Block SS/L/W (20)	Läufe
11:00	110Hü 1,067m	110Hü 99,1cm			Weit	Weit	Weit	Weit		1
11:15			110Hü 91,4cm							1
11:30				60Hü 76,2cm					60Hü 76,2cm	6
11:45	Diskus 2kg	Diskus 2kg	Diskus 1,5kg							
12:00				Weit1 Zone					Weit1 Zone	
12:15					Speer 600g	Speer 600g	Speer 500g	Speer 500g		
12:30	Stab	Stab	Stab							
13:00				75					75	5
13:30	Speer 800g	Speer 800g	Speer 700g	Speer (BSS 1) 400g	800	800	800	800	Speer (BSS 7) 400g	1
13:45				Diskus (BW 3) 750g					Diskus (BW 3) 750g	
14:15	1500	1500	1500	Ball (BL 3) 200g					Ball (BL 10) 200g	1
14:15				Kugel (BW 3) 3kg					Kugel (BW 3) 3kg	
14:30				Hoch (BSS 1)					Hoch (BSS 7)	
14:45				800 (BL3)					800 (BL10)	1