Freitag 12. 8. 2022

Uhr		M35-45	M50-55	M60-65	M70-80+		W35-45	W50-65	W70-80+
16:00		60 m	60 m	60 m	60 m				Stab
					Stab				
					Kugel				
16:15							60 m	60 m	60 m
16:30									800 m
17:00					800 m				Kugel
18:00		3000 m Gehen	3000 m Gehen	3000 m Gehen	3000 m Gehen		3000 m Gehen	3000 m Gehen	3000 m Gehen
19:00		10 000 m	10 000 m	10 000 m	10 000 m		10 000 m	10 000 m	10 000 m

Samstag 13. 8. 2022

Uhr	M35-45	M50-55	M60-65	M70-80+	W35	W40-45	W50-55	W60-65	W70-80+
9:20	5 000 m	5 000 m	5 000 m	5 000 m					
10:00		Diskus			5 000 m	5 000 m	5 000 m	5 000 m	5 000 m
					Hammer	Hammer			
					Hoch	Hoch			
10:30					Stab	Stab	Stab	Stab	
11:00					1 500 m	1 500 m	1 500 m	1 500 m	1 500 m
11:15	1 500 m	1 500 m	1 500 m	1 500 m					
11:30	Diskus						Hammer	Hammer	Hammer
12:00			Stab				Hoch	Hoch	Hoch
					100m Hü.				
12:10		100 m Hü.							
12:20			100 m Hü.						
12:30						80 m Hü.			
					Diskus	Diskus			
12:40				80 m Hü.			80 m Hü.		
12:50								80 m Hü.	80 m Hü.
13:00	110 m Hü.								

Uhr	M35-45	M50-55	M60-65	M70-80+	W35	W40-45	W50-55	W60-65	W70-80+
	Speer								
13:15					400 m	400 m	400 m	400 m	400 m
					Drei	Drei			
13:40	400 m	400 m	400 m	400 m			Diskus	Diskus	
14:00	Stab	Stab							
		Hammer							
14:15			Speer				Drei	Drei	Drei
14:30					400 m Hü.	400 m Hü.	300 m Hü.	300 m Hü.	200 m Hü.
14:45									Diskus
15:00					100 m Finale	100 m Finale	100 m Finale	100 m Finale	100 m Finale
15:30	100 m Finale	100 m Finale	100 m Finale	100 m Finale					
	Drei	Drei							
	Hammer								
16:00	400 m Hü.	400 m Hü.	300 m Hü.	300/200 m Hü	Speer	Speer			
17:00	3 000 m Hi.	3 000 m Hi.	Drei	Drei					
17:20			2 000 m Hi.	2 000 m Hi.					
17:40				Hammer	2 000 m Hi.	2 000 m Hi.	2 000 m Hi.	2 000 m Hi.	2 000 m Hi.
							Speer	Speer	Speer
18:00	5 000 m Gehen	5 000 m Gehen	5 000 m Gehen	5 000 m Gehen					
			Hammer						

Uhr	M35-45	M50-55	M60-65	M70-80+	W35	W40-45	W50-55	W60-65	W70-80+
18:40					5 000 m Gehen	5 000 m Gehen	5 000 m Gehen	5 000 m Gehen	5 000 m Gehen
19:30					4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 100 m
19:45	4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 100 m					

Sonntag 14. 8. 2022

Uhr	M35-45	M50-55	M60-65	M70-80+	W35-45	W50-65	W70-80+
9:20	Halbmarathon	Halbmarathon	Halbmarathon	Halbmarathon	Halbmarathon	Halbmarathon	Halbmarathon
	Kugel		Gewicht	Diskus			
10:00	Weit						
11:00		Weit	Hoch	Hoch			
		Gewicht					
12:00	200 m	200 m	200 m	200 m	Weit		
			Kugel			Gewicht	Gewicht
12:30					200 m	200 m	200 m
					Kugel		
13:00	Gewicht	Hoch	Weit	Weit	800 m	800 m	
		Speer					
14:00	800 m	800 m	800 m			Weit	Weit
14:30	Hoch	Kugel	Diskus	Gewicht			
15:00	10 km Straßengehen	10 km Straßengehen	10 km Straßengehen	10 km Straßengehen	10 km Straßengehen	10 km Straßengehen	10 km Straßengehen

Uhr		M35-45	M50-55	M60-65	M70-80+		W35-45	W50-65	W70-80+
15:30							4 x 400 m	4 x 400 m	4 x 400 m
							Gewicht	Kugel	
16:00		4 x 400 m	4 x 400 m	4 x 400 m	4 x 400 m				