

**vorläufiger Zeitplan 30. Schülersportfest der LG Remscheid am 17. September 2023**

Stand: 15.06.2023

Uhrzeit	mU12		wU12		mU14		wU14		m/wU16	M/F	Uhrzeit
	M10	M11	W10	W11	M12	M13	W12	W13			
10:00									100 m		10:00
10:30	50m Hü	50m Hü									10:30
10:40			50m Hü	50m Hü							10:45
11:00	Weit 1	Weit 2					Kugel	Speer		400 m	11:00
11:10									300 m		11:10
11:15			Ball 1	Ball 2							11:15
11:30					4 x 75 m						11:30
11:40							4 x 75 m				11:40
12:00	Hoch 2	Hoch 2	Weit 1 + 2	Hoch 1							12:00
12:15					60m Hü	60m Hü					12:15
12:25							60m Hü	60m Hü			12:25
12:45					Kugel	Kugel					12:45
13:00	Ball 1	Ball 2	Hoch 2	Weit 1 + 2			Speer	Hoch 1			13:00
13:30					75 m	75 m					13:30
13:45	50 m	50 m									13:45
14:00				50 m	Speer	Hoch 1	Weit 1 + 2	Kugel			14:00
14:15			50 m								14:15
14:45	4 x 50 m										14:45
15:00								Weit 1 + 2			15:00
15:15			4 x 50 m								15:15
15:30					Hoch 1	Speer	75 m				15:30
15:45	800 m	800 m									15:45
16:00			800 m	800 m							16:00
16:15								75 m			16:15
16:30					Weit 1	Weit 2	Hoch 1				16:30
17:00								800 m			17:00
17:30					800 m	800 m					17:30
17:45							800 m				17:45

**Bitte beachtet, dass das Ballwerfen auf Kunstrasen stattfindet und somit dort keine Spikes erlaubt sind!**

Änderungen am Zeitplan können nach Meldeschluss noch vorgenommen werden!