

Läuferabend 13.10.2010

/ vorläufiger Zeitplan

Zeit / AK	w 8/9	w 10/11	w 12/13	w 14/15	wJB / wJA	Frauen/Senn.
16.30	Weit 1	Weit 1	Weit 2	Weit 2	Weit 2	Weit 2
17.15	50 m	50 m	75 m	100 m	100 m	100 m
17.45				800 m	800 m	800 m
17.50	800 m	800 m	800 m			
18.00				Kugel	Kugel	Kugel
18.30				400 m	400 m	400 m
19.00				200 m	200 m	200 m
Zeit / AK	m 8/9	m 10/11	m 12/13	m 14/15	mJB / mJA	Männer/Sen.
16.30	Weit 1	Weit 1	Weit 2	Weit 2	Weit 2	Weit 2
17.15	50 m	50 m	75 m	100 m	100 m	100 m
17.55	1000 m	1000 m	1000 m			
18.00				1000 m	1000 m	1000 m
18.15				Kugel	Kugel	Kugel
18.30				400 m	400 m	400 m
19.00				200 m	200 m	200 m

In allen Altersklassen werden, in 2011 !!, bei Verbesserung der Stadionbestleistungen/ Platzrekorde Geldpreise ausgelobt. Wir arbeiten mit Tempomacher um auch wirklich schnelle Zeiten zu erreichen !! Zusammensetzung der Läufe (Läufe können gewechselt werden) und gewünschte Tempoarbeit bitte mit Spfr. Kluge und Heydorn absprechen. Weitsprung und Kugel: Jeweils 4 Versuche ! Versorgung - Würstchen. Meldungen müssen bis zum Montag bei dem Veranstalter sein !