

Tabelle1

Riege Uhrzeit	1 M8	2 W8	3 M9	4 W9	5 M10	6 W10	7 M11	8 W11	9 M12	10 W12	11 M13	12 W13	13 M14	14 W14	15 M15	16 W15
14:00	50m				Wurf 1	Wurf 2	Weit 1	Weit 2	Weit 3	Weit 4						
14:10		50m														
14:20			50m													
14:30				50m							Wurf 1	Wurf 2	Weit 1	Weit 2	Weit 3	Weit 4
14:40					50m											
14:50	Wurf 1	Wurf 2				50m										
15:00							50m									
15:10			Weit 3	Weit 4				50m							Wurf 1	Wurf 2
15:20					Weit 1	Weit 2			75m							
15:30							Wurf 1	Wurf 2		75m						
15:40											75m					
15:50	Weit 3	Weit 4							Wurf 1	Wurf 2		75m				
16:00											Weit 1		100m	100m		
16:10			Wurf 1	Wurf 2								Weit 2			100m	100m
16:20					50 m E KM											
16:30						50 m E KM							Wurf 1	Wurf 2		
16:40					Hoch											
17:00							Hoch									

anschließend erfolgen die Staffelläufe

16:20 Uhr Endlauf Sch C KM Essen. Bei den techn. Wettbewerben haben die Tln. des Kreises Essen in M10 u. M11 jeweils 3 Versuche mehr. Die ersten drei Versuche gelten dem Dreikampf.