

Rahmenablaufplan für den 10.10.2026

MU 8	WU 8	MU 10	WU 10	MU 12	WU 12	Zeit	MU 14	WU 14	MU 16	WU 16	MU 18/20	WU 18/20	M/AK	F/AK
50 m			Weit	Ball	Ball	10:00								
		50 m				10:10								
	50m					10:25								
						10:45								
Ball	Ball	Weit1		Weit 2	Weit 2									
			50 m											
						11:30	Hoch	Hoch						
						11:45								
Weit	Weit	Ball	Ball	50 m	50 m									
						12:00								
				Hoch	Hoch		Ball	Ball						
						12:30			Weit	Weit	Weit	Weit		
						12:45							Sprint	Sprint
								75 m						
							75 m		Kugel	Kugel	Kugel	Kugel	Weit	Weit
							Weit	Weit	100 m	100 m	100 m	100 m	Kugel	Kugel
									Hoch	Hoch	Hoch	Hoch		

12.09.2026