

Sinsheim – Cup 2011

Samstag, 09.04.2011

Werfer- und Läuferntag

Elektronische Zeitnahme!

Zeit	Ball(NP)	Kugel	Diskus	Speer	Lauf	Zeit
12.00	Schü D	Schü B	MJB	M/MJA		12.00
12.30	schin d	schin b				12.30
12.45					Schü A 1.000 m	12.45
13.00	Schü C	F/wja	wjb	Schü A	Schü D 1.000 m	13.00
13.15					Schü B 1.000 m	13.15
13.30	schin c				Schü C 1.000 m	13.30
13.45		M/MJA	schin a	MJB	schin d 800 m	13.45
14.00	Schü B				schin b 800 m	14.00
14.15					schin c 800 m	14.15
14.30	schin b	wjb	Schü A	F/wja	schin a 800 m	14.30
14.45					ab Jgd 800 m	14.45
15.00	Schü A	schin a				15.00
15.15			schin/Schü B		m/w 2.000 m	15.15
15.30	schin a			wjb/schin a	m/w 3.000 m	15.30
15.45		MJB				15.45
16.00					m/w 5.000 m	16.00
16.15			M/MJA			16.15
16.30		Schü A		schin/Schü B	m/w 1 Meile	16.30
17.00						17.00
17.15			F/wja			17.15

-Änderungen vorbehalten!-

Freitag, 20.05.2011

I. Abendsportfest

Elektronische Zeitnahme!

Zeit	Hürden	Hoch	Weit I	Weit II	Hammer	Sprint/Lauf	Zeit
17.30		schin a/b	Schü B	Schü A	3 kg	50 m Dreikampf	17.30
17.45							17.45
18.15					4 kg	ab Schü/schin A 800 m	18.15
18.30	110 m M/MJA						18.30
18.40	110 m MJB			M/MJA			18.40
19.00	100 m F/wja/b	F/wja/b	MJB		5 kg		19.00
19.15	80 m schin a						19.15
19.30	80 m Schü A				6/7,26 kg		19.30
19.45	60 m schin b						19.45
20.00	60 m Schü B						20.00
20.15						ab Jgd 1.500 m	20.15
20.25	300 m Schü/schin A						20.25
20.35	400 m ab Jgd						20.35

Schü/schin C/D/E: Dreikampf: 50 m, dann Schlagballwerfen, dann Weitsprung III und IV

-Änderungen vorbehalten-

Freitag, 15.07.2011

2. Abendsportfest
Elektronische Zeitnahme!

Zeit	Sprint	Hoch	Weit I	Weit II	50 m/Lauf	Zeit
17.30		Schü A/B	schin a	schin b	50 m Dreikampf	17.30
18.15	100 m M					18.15
18.25	100 m MJA					18.25
18.35	100 m MJB					18.35
18.45	100 m F					18.45
18.50	100 m wja					18.50
18.55	100 m wjb	M/MJA/B	F/wja	wjb		18.55
19.05	100 m schin a					19.05
19.15	100 m Schü A					19.15
19.25	75 m Schü B					19.25
19.35	75 m schin b					19.35
19.45	200 m M/MJA/B					19.45
19.55	200 m F/wja/b					19.55
20.05	300 m schin a Schü A					20.05
20.15	400 m ab Jgd					20.15
20.30					ab Jgd 5.000 m	20.30

Schü/schin C/D/E: Dreikampf: 50 m, dann Schlagballwerfen, dann Weitsprung III und IV

-Änderungen vorbehalten-

Klasseneinteilung: M/F (91 + älter) M/WJA 1992/93 M/WJB 1994/95
Senioren M/W 30 (1977-81) M/W 35 (1976-72) ...
Schü/schin a M/W 15(96) Schü/schin b M/W 13(98)
M/W 14(97) M/W 12(99)
Schü/schin c M/W 11(00) Schü/schin d M/W 9(02)
M/W 10(01) M/W 8(03)
Schü/schin e M/W 6-4 (05-07)

Bei den Läufen, Sprints und Hürdensprints handelt es sich Zeit-Endläufe, bei den technischen Disziplinen um Vor- und Endkämpfe; nicht jedoch bei den Dreikämpfen!

Bei der Meldung bitte bei Doppelstartern auf den Zeitplan achten!

Senior/mnen melden bitte recht frühzeitig, dass sie in den Plan eingearbeitet werden können.

Anfangshöhen für den Hochsprung

Männer ca.1,50 m	MJA ca. 1,40 m	MJB ca. 1,30 m
Schü A ca.1,25 m	Schü B ca. 1,15 m	
Frauen ca. 1,30 m	wja ca. 1,20 m	wjb ca. 1,20 m
schin a ca. 1,25 m	schin b ca. 1,15 m	

Die Anfangshöhe kann variiert werden.