

Rahmenplan für die SHM Block 2021 in Darmstadt am 11.07.2021

Zeit	U14					U16				
	Riege 1	Riege 2	Riege 3	Riege 4	Riege 5	Riege 6		Riege 7	Riege 8	Riege 9
	Lauf	Sprint	Wurf	Lauf	Sprint	Lauf		Wurf	Sprint	Sprint
	WU14	WU14	M+WU14	MU14	MU14	W+MU16		W+MU16	WU16	MU16
09:15	Vereinsgespräch!									
10:00		60m Hü		Weit 1		Weit 2		Diskus	Speer	Hoch 1
10:15	60m Hü									
10:30			60m Hü (1)							
			<i>Kugel 3 kg</i>					<i>Kugel 3 kg</i>	<i>Kugel 4 kg</i>	
		<i>Speer 400g</i>	<i>Diskus 750g</i>		<i>Speer 400g</i>			<i>Diskus 1 kg</i>	<i>Diskus 1 kg</i>	<i>Speer 500g</i>
Hoch		1,00m			1,09m				1,09m	1,15
Ball	200g	weiter 3cm		200g	weiter 3cm	200g	200g		weiter 3cm	weiter 3cm

Die Disziplinreihenfolge ist bei allen Blöcken variabel und wird am Veranstaltungstag von der Wettkampfleitung festgelegt.
Bitte auf die Ansagen achten!!!