

Nikolaussprint 2022

Stadtwerke Sindelfingen - Run&Jump



Jump & Run - Wettkampf Samstag, 10.12.2022							Zeit	Jump & Run - Wettkampf Samstag, 10.12.2022						
Männer	MJU20	MJU18	M15	M14	MJU14	Kinder	Zeit	Kinder	Frauen	WJU20	WJU18	W15	W14	WJU14
51	15	30	15	14		2	Meld	2	27	20	59	21	30	
		30mfl					10:00							
	30mfl						10:25							
		5erSpr					10:30							
				30mfl			10:45							
	5erSpr						10:50							
		60m					10:55							
Stabhoch Grp. I (AH 2,20 m)							11:00	Stabhoch Grp. I (AH 2,20m)						
			30mfl				11:00							
				5erSpr			11:10							
	60m						11:20							
30mfl			5erSpr				11:25							
		4x200m Z (8)					11:30							
5erSpr				60m			11:45							
							11:50						30mfl	
			60m				12:00							
							12:10				30mfl			
60m							12:15						5erSpr	
							12:40		30mfl			5erSpr		
							12:50						60m	
Stabhoch Grp. II (AH 4,00)							13:00	Stabhoch Grp. II (AH 4,00)						
							13:05				5erSpr			
							13:10			30mfl				
					4x50m ZV		13:15							
					(8)		13:30					60m		
							13:45				30mfl			
4x200m (7)	4x200m (2)						13:50		5erSpr					
					4x50m F		14:10							
							14:15							4x50m ZV
							14:20			5erSpr				(8)
							14:35		60m					
							14:55			60m				
							15:10							4x50m F
			4x100m Z (1)				15:15					4x100m Z (7)		
							15:30				60m			
							16:10			4x200m Z				
					6x40mHi		16:25	6x40mHi		(6)				
					(2)		16:35	(2)			4x200m Z			
							16:50		4x200m F		(9)			
Änderungen vorbehalten.									(4)					

Hinweise: Der Zeitplan ist für den "Sprintdreikampf". Sofern Anlagen frei sind oder länger belegt, können sich Änderungen ergeben. Bitte die Regie in der Halle beachten.

Es sind jeweils 1 Versuch (30mfliegend, 5er Sprunglauf) vorgesehen. Die Einteilung der 60m Läufe erfolgt i.A. nach den erzielten 30m fliegend Ergebnissen. Wir gehen davon aus, dass alle den Dreikampf absolvieren!

Bei den Staffeln der Jugend U14 werden Zeitvorläufe und ein Finale durchgeführt.

Die Mehrkampfwertung erfolgt entsprechend der Deutschen Punktwertung (Seltec). Als Referenzdisziplinen gelten: 30mfliegend, 60m und Kugelstoß!