

Zeit	Bahn	Weit 1+2	Hoch 1+2	Kugel 1/Medball	Kugel 2/Staffel
09:00	50m ZEL	Weit 1+2	Hoch 1 + 2	Medball 1	
09:05	63	2x25	2x13	26	
09:10	8L	M11	W13	M10	
09:15					
09:20					
09:25	50m ZEL				
09:30	90				
09:35	11L				
09:40					
09:45				Medball 1	
09:50				28	
09:55				W10	
10:00	50m ZEL				
10:05	47				
10:10	6L	Weit 1 + 2			
10:15		2x53			
10:20	50m ZEL	W12			
10:25	58				
10:30	7L				
10:35				Kugel 1	
10:40				30	
10:45	4x50m PS		Hoch 1+2	W13	4x50m PS
10:50	28		2x17		Unterstützung
10:55	7L		M13/M12		
11:00			nach		
11:05			Melde-		
11:10			leistung		
11:15			aufgeteilt		
11:20	4x50m PS				4x50m PS
11:25	14				Unterstützung
11:30	3L				
11:35					
11:40				Medball 1	
11:45	60m ZEL			43	
11:50	129			W11	
11:55	16L				
12:00					
12:05					
12:10		Weit 1 + 2			
12:15		2x33			
12:20		W10			
12:25					
12:30	60m ZEL				
12:35	85				Kugel 2
12:40	11L				29
12:45				Kugel 1	M13

Zeit	Bahn	Weit 1+2	Hoch 1+2	Kugel 1/Medball	Kugel 2/Staffel
12:50				21	
12:55			Hoch 1 + 2	M12	
13:00			2x15		
13:05	60m ZEL		W12		
13:10	66				
13:15	8L				
13:20					
13:25	60m ZEL				
13:30	61			Medball 1	
13:35	8L	Weit 1 + 2		27	
13:40		2x49		M11	
13:45		W11			
13:50	4x50m Staffel 32				4x50m Staffel 3
13:55	37				Unterstützung
14:00	9L				
14:05					
14:10					
14:15					
14:20					
14:25					
14:30					
14:35					
14:40	4x50m Staffel 7				4x50m Staffel 7
14:45	11				Unterstützung
14:50	3L				
14:55					
15:00	50mH Hs ZEL				
15:05	50				
15:10	6L			Kugel 1+2	Kugel 1+2
15:15				16	16
15:20	50mH Hs ZEL			W12	W12
15:25	66				
15:30	8L				
15:35		Weit 1+2			
15:40		2x32			
15:45	600m	M12			
15:50	37				
15:55	2L				
16:00	50mH Hs ZEL				
16:05	24				
16:10	3L				
16:15	600m				
16:20	45				
16:25	3L				
16:30	50mH Hs ZEL				
16:35	28				
16:40	4L				

Zeit	Bahn	Weit 1+2	Hoch 1+2	Kugel 1/Medball	Kugel 2/Staffel
16:45	600m				
16:50	26				
16:55	2L	Weit 1+2			
17:00	60mH ZEL	2x27			
17:05	41	M13			
17:10	5L				
17:15	600m				
17:20	30				
17:25	2L				
17:30	60mH ZEL				
17:35	42				
17:40	5L				
17:45	800m				
17:50	34 2L				
17:55	60mH ZEL				
18:00	13 2L	Weit 1+2			
18:05	800m	2x19			
18:10	26 2L	M10			
18:15	60mH ZEL				
18:20	24 4L				
18:25	800m				
18:30	26 2L				
18:35	60mH ZEL				
18:40	41 5L				
18:45					
18:50	800m				
18:55	29 2L	Weit 1 + 2			
19:00	60mH ZEL	2x26			
19:05	30 4L	W13			
19:10					
19:15					
19:20	60m ZEL				
19:25	45				
19:30	6L				
19:35	60m ZEL				
19:40	30 4L				
19:45	60m ZEL				
19:50	25 3L				
19:55	60m ZEL				
20:00	18 2L				
20:05					
20:10					
20:15					
20:20					
20:25					
20:30					