

Ablaufplan 25. Harzer Seniorensportfest

25. Juni 2022 Quedlinburg

Änderungen vorbehalten !!!

	Lauf	Wurf / Stoß	Weit
09:30 Uhr	5000 m alle AK		
09:45 Uhr			Frauen
10:00 Uhr	Eröffnung	Kugel Männer	
10:05 Uhr		Speer Frauen	
10:15 Uhr	100 m Männer / Frauen		
10:30 Uhr			
11:00 Uhr		Speer Männer	
11:15 Uhr	200 m - Frauen / Männer		
11:45 Uhr	Halbstundenfamilienpaarlauf	Kugel Frauen	Männer
12:20 Uhr			
12:25 Uhr			
12:35 Uhr	400 m - Männer / Frauen		
12:45 Uhr			
12:50 Uhr	800 m Frauen		
13:00 Uhr		Keule alle AK	
13:10 Uhr			
13:30 Uhr	1500 m Männer		
14:00 Uhr			

* 10 min vorher Aufruf an der Wettkampfstätte

* Lauf vor Technik