

35. Internationales Ludwig-Jall-Sportfest am 23.05.2020

Zeit	Männer	Frauen	MU20	MU18	WU20	WU18	MU16	WU16
10:00	5000m ZL	5000m ZL						
10:00		Kugel #		Diskus #	Kugel #	Speer #	Weit 1/2	
10:30		4x100m ZL			4x100m ZL	4x100m ZL		
10:40	4x100m ZL		4x100m ZL	4x100m ZL				
10:50						Hoch		100m ZL
11:00						Kugel #		
11:05							100m ZL	
11:10						100m VL #		Weit3/4
11:25					100m VL #			
11:30		Diskus #		Speer #	Diskus #			
11:35		100m VL #						
11:50				100m VL #				
12:00			100m VL #		Weit2 #	Weit1 #		
12:15	100m VL #							
12:30		Hoch		Kugel #	Hoch			
12:50							300m ZL	
12:55								300m ZL
13:00						Diskus #		
13:05						100m EL		
13:10					100m EL			
13:15				100m EL				
13:20			100m EL					
13:25		100m EL A/B						
13:30	100m EL A/B	Speer #	Weit2 #	Weit1 #	Speer #			
13:50	Kugel #		Kugel #	Hoch		100mHü ZL		
14:10		100mHü ZL			100mHü ZL			
14:30				110mHü ZL				
14:40			110mHü ZL					
14:50	110mHü ZL							
15:00	Weit2 #	400m ZL #			400m ZL #	400m ZL #		
15:10	400m ZL #	Weit1 #	400m ZL #	400m ZL #				
15:15	Speer #		Speer #					
15:30	Diskus #		Diskus #					
15:55	Hoch	200m ZL #	Hoch		200m ZL #	200m ZL #		
16:25	200m ZL #		200m ZL #	200m ZL #				
17:10		1500m ZL			1500m ZL	1500m ZL		
17:25	1500m ZL		1500m ZL	1500m ZL				
17:45			Medley-Staffel		Medley-Staffel			
17:50	4x200mMixed	4x200mMixed						
18:05	3000m RR #	3000m RR #						

= mit Inklusion; RR = Race Runner; Mixed = 2 x weiblich + 2 x männlich; Medley-Staffel = 400m + 300m + 200m +100m (bisher Schwedenstaffel)
 VL = Vorlauf; EL = Endlauf; ZL = Zeitlauf; Läufe mit gleichen Beginn werden als gemischte Läufe ausgetragen. Bei Zeitläufen wird der schnellste Lauf als erstes gestartet. Rechtzeitig vor Beginn der 100m-Läufe legt die Wettkampfleitung fest, in welche Richtung gelaufen wird (Rückenwind-Garantie).