

## Zeitplan

**09. Werfertag des LSC Bad Nauheim zum Saisonabschluss**  
mit Rahmenprogramm Langstrecke und Langstaffeln  
- teilweise als offene Kreismeisterschaften -

Waldstadion Bad Nauheim

**07.10.2023**

	wKU12 (w10/11)	wJU14 (w12/13)	wJU16 (w14/15)	wJU18	wJU20	Frauen + Seniorinnen		mKU12 (m10/11)	mJU14 (m12/13)	mJU16 (m14/15)	mJU18	mJU20	Männer + Senioren	
10:30	3x 800	Diskus					10:30		Diskus					10:30
10:45		3x 800					10:45							10:45
11:00			3x800				11:00							11:00
11:15			Diskus	3x800	3x800	3x800	11:15	3x800	3x800	Diskus	Diskus	Diskus	Diskus	11:15
11:30							11:30							11:30
11:45							11:45			3x1.000				11:45
12:00							12:00				3x1.000	3x1.000	3x1.000	12:00
12:15		2.000m					12:15							12:15
12:30							12:30		2.000m					12:30
12:45			3.000m				12:45							12:45
13:00		Kugel 1	Kugel 1	Kugel 1	Kugel 1	Kugel 1	13:00		Kugel 2	Kugel 2 3.000m	Kugel 2	Kugel 2	Kugel 2	13:00
13:15				3.000m			13:15							13:15
13:30							13:30				3.000m			13:30
13:45					3.000m		13:45							13:45
14:00							14:00					3.000m		14:00
14:15						3.000m	14:15							14:15
14:30							14:30						3.000m	14:30
14:45							14:45							14:45
15:00		Speer	Speer	Speer	Speer	Speer	15:00		Speer	Speer	Speer	Speer	Speer	15:00
15:15				5.000m	5.000m	5.000m	15:15							15:15
15:30							15:30							15:30
15:45							15:45				5.000m	5.000m	5.000m	15:45
16:00							16:00							16:00

Für Diskus und Speer kommt das EDM zum Einsatz.

In allen technischen Wettbewerben haben alle Teilnehmer\*innen 4 Versuche. Vor- und Endkampf entfallen.

Die Seniorenwertung wird gemäß Ausschreibung nur auf die technischen Wettbewerbe angewendet.

Die farbig markierten Wettbewerbe werden als offene Kreismeisterschaften ausgetragen.

Für die Lauf- und Staffelwettbewerbe gilt §8.4 der Deutschen Leichtathletik Ordnung (DLO) des DLV.

Änderungen vorbehalten!

Je nach Meldeergebnis kann der Zeitplan angepasst werden.