Rahmenzeitplan LM (BM) 3-/5-Kampf / 10.000 m - 24.09.2022 - Hameln

	M	M30 - M45	M50 - M75	F	W30 - W65	3-Kampf
11,00		WEIT	SPEER		100 m	
11,10				100 m		
11,30					HOCH	
12,00	WEIT	SPEER		(HOCH)		
12,10			200 m			
12,20						100 m
12,40			DISKUS		KUGEL	
12,55						WEIT
13,05	SPEER					
13,15		200 m				
13,20				KUGEL	WEIT	
13,55		DISKUS				
14,00			WEIT			
14,10						KUGEL
14,15	200 m					
14,35					800 m	
14,55				WEIT		
15,00	DISKUS					
15,05		1.500 m				
15,20			1.500 m			
15,50				800 m		
16,00	1.500 m					
16,10	10.000 m	10.000 m	10.000 m	10.000 m	10.000 m	10.000 m