Hessische Mehrkampfmeisterschaften

Nidda, 01.07.2023

- Zeitplan -

Jahnwettkämpfe

Riege	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113
WK-Nr.	41112 (2)	41114 (8)	41116 (4)	41118 (2) 41130 (3)	41212 (7)	41212 (7)	41214 (6)	41214 (6)	41214 (76)	41216 (5)	41218 (3) 41230 (2)	41220 (7)	41220 (7)
Anzahl	2	8	4	5	7	7	6	6	7	5	5	7	7
	LK 3	LK 3	LK 2	LK 2	LK 3	LK 3	LK 3	LK 3	LK 3	LK 2	LK 2/LK 3	LK 2	LK 2

Deutsche Mehrkämpfe

Riege	201	202	203	204	205	206	207	208	209	210
WK-Nr.	42112 (5)	42114 (7)	42116 (9)	42120 (2)	42212 (8)	42212 (8)	42214 (7)	42214 (6)	42216 (7)	42218 (4) 42220 (4)
Anzahl	5	7	9	2	8	8	7	6	7	8
	LK 3	LK 3	LK 2	LK 2	LK 3	LK 3	LK 3	LK 3	LK 2	LK 2

Friesenkampf

Riege	301	302
WK-Nr.	43112 (4) 43114 (2) 43116 (1) 43440 (1) 43450 (1) 43460 (1)	43212 (3) 43214 (2) 43220 (1) 43230 (1) 43540 (1) 43550 (2) 43560 (1)
Anzahl	10	11

Leichtathletische Einzel- und Mehrkämpfe

Riege	401	402	403	404
WK-Nr.	44130 (1) 44120 (1) 44116 (4) 44114 (7) 44112 (5)	44220 (6) 44218 (3) 44216 (5)	44214 (12)	44212 (15)
Anzahl	18	14	12	15

Schwimmmehrkämpfe

Riege	501	502
WK-Nr.	45112 (6) 45114 (2) 45116 (1) 45120 (1)	45212 (2) 45214 (3) 45216 (6) 45220 (1) 45240 (2)
Anzahl	10	14

Zeit	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113
08:00	Erwärmung										Erwärmung		
08:15													
08:30		Barren		Boden 2							StuBa		Boden
08:45													
09:00	Barren		Boden 2	Sprung 2	Kugel 1		Kugel 2			Kugel 1		Boden	Sprung
09:15													
09:30				Barren							Boden	Sprung	StuBa
09:45													
10:00		Boden 2			75m						Sprung	StuBa	
10:15							100 m			100 m			
10:30	Boden 2		Barren										
10:45													
11:00				100 m	Erwärmung						100 m		
11:15													
11:30				Weit 2	StuBa 1		StuBa 2		Boden 2	Boden 1	Weit 2	Kugel 2	
11:45													
12:00	75m	100 m		Kugel 2	Boden 1	StuBa 1	Boden 2	StuBa 2			Kugel 2	Weit 2	
12:15													
12:30	Kugel 2					Boden 1		Boden 2	StuBa 2	StuBa 1			
12:45													
13:00				Einspr.							Einspr.		
13:15				Kunstspr.							Kunstspr.		
13:30					50 m Sw							Einspringen	
13:45				Tauchen							Tauchen	Kunstspringen	
14:00			100 m Sw				Einspringen			100 m Sw			
14:15				100 m Sw			Kunstspringen				100 m Sw	Tauchen	
14:30	50 m Sw								Einspringen				
14:45									Kunstspringen			100 m Sw	
15:00					Einspringen								
15:15					Kunstspringen		50 m Sw						
15:30	Einspringen												
15:45	Kunstspringen												
16:00													
16:15													
16:30													
16:45													
17:00													
17:15													
17:30													
17:45													

Die Zeitplanung der leichtathletischen und schwimmerischen Disziplinen ist als Rahmenzeitplan zu betrachten. Wir behalten uns kurzfristige Änderungen nach Aufruf vor!

Zeit	201	202	203	204	205	206	207	208	209	210
08:00	Erwärmung									Erwärmung
08:15										
08:30		Reck		Boden 2						Sprung
08:45										
09:00	Barren		Boden 2	Sprung 2						StuBa
09:15							100 m			
09:30	Reck	Boden 2		Barren	75m					Balken
09:45										
10:00			Barren	Reck	Weit 2		Kugel 2			Boden
10:15										
10:30	Boden 2	Barren	Reck							
10:45					Kugel 2		Weit 2			
11:00										
11:30										100 m
11:45				Schl´ball 2						Schl´ball 2
12:00	75m	100 m								
12:15										
12:30			100 m							Weit 2
12:45	Kugel 1									
13:00			Weit 2							Kugel 2
13:15					Erwärmung					
13:30	Weit 1									
13:45			Kugel 2		Sprung 1	Boden 1	Sprung 2	Boden 2	StuBa 2	
14:00										
14:15					StuBa 1	Sprung 1	StuBa 2	Sprung 2	Boden 2	
14:30										
14:45					Boden 1	StuBa 1	Boden 2	StuBa 2	Sprung 2	
15:00										
15:15										
15:30										
15:45										
16:00										
16:15										
16:30										
16:45										
17:00										
17:15										
17:30										
17:45										

Die Zeitplanung der leichtathletischen Disziplinen ist als Rahmenzeitplan zu betrachten. Wir behalten uns kurzfristige Änderungen nach Aufruf vor!

Zeit	301	302	401	402	403	404	501	502
08:00								
08:15								
08:30								
08:45								
09:00	Treffen						Einschwimmen	
09:15								
09:30							100 m Sw	
09:45								
10:00	Schießen		75 m	Schl´ball 1	Kugel 1	Weit 1		
10:15			100 m				50 m Sw	
10:30								
10:45			Weit 1	100 m	Schl´ball 1	Kugel 1	50 m Sw	
11:00								
11:15							Tauchen	
11:30			Kugel 1	Weit 1	100 m	Schl´ball 1		
11:45								Einspr.
12:00	100 m Sw							Kunstspr.
12:15	50 m Sw		Schl´ball 1	Kugel 1	Weit 1	75 m	Einspr.	
12:30							Kunstspr.	
12:45	Sprint							
13:00	Mittelstrecke							
13:15			Mittelstrecke					
13:30								
13:45	Kugel 1		Nach Aufruf !					
14:00								
14:15			Steinstoßen		Schleuderball			
14:30	Fechten		405 männliche Alterksklassen		407 44312/44412		44514 (1)	44614 (1)
14:45							44515 (1)	44616 (2)
15:00							44516 (3)	44618 (2)
15:15			406 weibliche Alterklassen		408 männliche Altersklassen 14+		44520 (1)	44620 (3)
15:30								
15:45								
16:00					409 weibliche Altersklassen 14+		44312 (3)	44412 (3)
16:15							44314 (6)	44414 (1)
16:30							44316 (1)	44416 (2)
16:45							44320 (1)	44418 (5)
17:00								44420 (6)
17:15								
17:30								
17:45								

Die Zeitplanung der leichtathletischen Disziplinen ist als Rahmenzeitplan zu betrachten.
Wir behalten uns kurzfristige Änderungen nach Aufruf vor!