

Landessportfest der Schulen in Nordrhein-Westfalen
Landesmeisterschaft Leichtathletik 2022
Duisburg, 14. Juni 2022
vorläufiger Zeitplan

Änderung vorbehalten

Zeit	WK II Mädchen	WK II Jungen	WK III Mädchen	WK III Jungen	JtFP (2 Schulen)	JtFP (2Schulen)	Zeit
10:00	4 x 100m				Kugel	Kugel	10:00
10:15		4 x 100 m					10:15
10:30	Speer (500 g)		4 x 75 m		Ball	Ball	10:30
10:45		Kugel (5 kg)		4 x 75 m			10:45
11:00			Weit 1		Weit 2	Weit 2	11:00
11:15	100 m			Hoch 1 (AH: 1,20 m)			11:15
11:30		100 m					11:30
11:45	Hoch 2 (AH: 1,20 m)		75 m				11:45
12:00		Weit 2	Ball (200g)	75 m			12:00
12:15				Kugel (4 kg)	100m - 75m - 50m	100m - 75m - 50m	12:15
12:30							12:30
12:45					Keulenzielwurf	Keulenzielwurf	12:45
13:00		Speer (700 g)	Hoch 1 (AH: 1,08 m)				13:00
13:15	Kugel (3 kg)			Weit 1			13:15
13:30					400m Rolli	400m Rolli	13:30
13:45					600m	600m	13:45
14:00	800 m	Hoch 2 (AH: 1,32 m)					14:00
14:15		800 m	Kugel (3 kg)				14:15
14:25							14:25
14:30	Weit 1		800 m	Ball (200g)			14:30
14:45				800 m			14:45
15:00							15:00
15:15							15:15
15:30							15:30
15:45							15:45
16:00							16:00

Standorte der Wettkampfstätten:

Weit 1 (zum Rasen), Weit 2 (zur Kurve), Hoch 1 (zur Tribüne hin) Hoch 2 (weg von der Tribüne)
 Ball (Weitsprungseite) Speer (Hochsprungseite), Kugel

Stand: 03.05.2022

Wissenswertes (JTFO):

je 4 Versuche bei Weit, Kugel, Ball u. Speer
 Beim Weitsprung wird in jeder Wettkampfklasse vom Balken gemessen.
 Die Steigerungshöhe beim Hochsprung beträgt 4 cm.

Wissenswertes (JTFP):

je 1 Probedurchgang und 3 Versuche bei Weit, Kugel und Ball
 Weitsprung aus der Zone
 Keulenzielwurf