**Ablaufplan NRW YoungStars - Vorrunde Leichtathletik Ort, Datum**

**09:05 - 09:20 Uhr Aufwärmen der Schüler/innen | Einweisung der Lehrer/innen**

**09:30 Uhr 20m/40m Hindernis-Sprintstaffel**

**1. Lauf:** Schule A, Schule B, Schule C, Schule D
**2. Lauf:** Schule E, Schule F, Schule G, Schule H
**3. Lauf:** Schule I, Schule J, Schule K, Schule L
**4. Lauf:** Schule M, Schule N, Schule O, Schule P

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Station | **Medizinball-Stoßen** | **Pause 1** | **Scher-(Hochsprung)** | **Pause 2** |
| **A** | Schule ASchule B | Schule ISchule J | Schule ESchule F | Schule MSchule N |
| **B** | Schule CSchule D | Schule KSchule L | Schule GSchule H | Schule OSchule P |

 **10:00 Uhr**

Hinweis: Die aufgeführten Mannschaften sind den Stationen mit einem Buchstaben zugeordnet. Diesen Buchstaben behalten die Mannschaften bei allen Disziplinen.
 Die Reihenfolge ergibt sich, indem die Mannschaften immer zur rechts aufgeführten Disziplin/Pausenstation wechseln. Nach Pause 2 erfolgt das Medizinball-
 Stoßen.
Lesebeispiel: Die … beginnt mit dem Medizinball-Stoßen an Station A, hat dann Pause, fährt danach fort mit dem Scher-(Hochsprung) an Station A
 gefolgt von der zweiten Pause.

**Ca. 12:00 Uhr 5 Minuten-Lauf** (es beginnen die Mädchen, dann folgen die Jungen)

 **1. Lauf:** Schule A, Schule B, Schule C, Schule D, Schule E, Schule F, Schule G, Schule H

**2. Lauf:** Schule I, Schule J, Schule K, Schule L, Schule M, Schule N, Schule O, Schule P

**Ca. 12:45 Uhr** **Siegerehrung**