

Zeitplan Sonntag, 10.02.2019

Uhrzeit	M30	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70 u.ä.	Uhrzeit
10:00	Einlagewettbewerb 60m Hürden M 70/75W50,W60									10:00
10:10	Einlagewettbewerb 60m Hürden M60/65,W40									10:10
10:20	Einlagewettbewerb 60m Hürden M 35,M50, W35									10:20
11:00	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch					60m V	11:00
	Helfer: HSV									
11:10							60m V	60m V		11:10
11:20					60m V	60m V			Weit	11:20
									SV Poi HH	
11:30			60m V	60m V						11:30
11:40	60m V	60m V								11:40
12:05	Kugel	Kugel	Kugel	Kugel						12:05
	Helfer: SV Lurup									
12:15					Weit	Weit	Weit	Weit		12:15
					Helfer: LG Alsternord					
12:30	60m F, Finale alle Klassen, wenn erforderlich									12:30
12:45	800m	800m	800m	800m						12:45
12:55					800m	800m	800m	800m		12:55
13:05									800m	13:05
13:10					Kugel	Kugel				13:10
					Niendorfer TSV					
13:50	200m	200m								13:50
14:00			200m	200m					Hoch	14:00
									SV Poi HH	
14:20					200m	200m				14:20
14:25							Kugel	Kugel		14:25
							TSG Bergedorf			
14:35							200m	200m		14:35
14:50									200m	14:50
15:20	Einlagewettbewerb 400m alle AK									15:20
15:20					Hoch	Hoch	Hoch	Hoch		15:20
					Helfer: Barsbütteler SV					
15:25									Kugel M70/75	15:25
									Helfer: SC Urania	
15:30	Weit	Weit	Weit	Weit						15:30
	Helfer: SC Poppenbüttel									
15:30	Einlagewettbewerb Stab alle AK									15:30
	Helfer: LG Alsternord									
16:00	3000m	3000m	3000m	3000m						16:00
16:15					3000m	3000m	3000m	3000m		16:20
16:25									Kugel M80/85	16:25
									Helfer: Alsternord	
16:50									3000m M70+	16:50
17:20							4x200m	4x200m	4x200m	17:20
17:30	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m	4x200m				17:30
17:40	4x400m Einlagelauf									17:40

