

**NORDDEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN**

Männer + Frauen / Jugend U18  
20./21. Juli 2019 in Hannover

**Zeitplan Sonnabend, 20. Juli 2019**

Uhrzeit	Männer	Frauen	MJU18	WJU18
11:30	Kugel F			400 m Hü ZF
11:35		<b>400 m Hü ZF</b>		<b>Hochsprung F</b>
11:40			Diskus F	
11:45			<b>400 m Hü ZF</b>	
11:55	<b>400 m Hü ZF</b>		<b>Stab F</b>	
12:15	<b>Weitsprung F</b>			<b>100 m V</b>
12:35		<b>100 m V</b>		
13:00		Kugel F	<b>100 m V</b>	
13:20	<b>Diskus F</b>	<b>Hochsprung F</b>		
13:25	<b>100 m V</b>			
14:00				<b>100 m HF</b>
14:10				Dreisprung F
14:20		100 m HF		<b>Kugel F</b>
14:35			100 m HF	
14:45	100 m HF			<b>Stab F</b>
15:05		<b>Diskus F</b>	1.500 m F	
15:20			Hochsprung F	1500 m ZL
15:40		Dreisprung F		100 m F
15:45		100 m F		
15:55			100 m F	
16:00	100 m F		<b>Kugel F</b>	
16:20		1500 m F		
16:35	<b>1500 m ZL</b>			
17:00	Hochsprung F	4 x 100 m ZL		<b>Diskus F</b>
17:10			<b>4x100 m ZL</b>	
17:20	<b>4x100 m ZL</b>		<b>Weitsprung F</b>	
17:30				4 x 100 m ZL
17:50		400 m ZL		
18:05	400 m ZL			
18:25			400 m ZL	
18:40				400 m ZL

Stellplatzzeit: 90 Minuten / Notfalltelefon,-SMS (mit Name, AK, Disziplin, Verein): 0160 98 04 95 07

**NORDDEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN**

Männer + Frauen / Jugend U18  
20./21. Juli 2019 in Hannover

**Zeitplan Sonntag, 21. Juli 2019**

Uhrzeit	Männer	Frauen	MJU18	WJU18
10:00		5.000 m F		Weitsprung F
10:30	5.000 m F			
10:55	Speer F		3.000 m F	
11:10				3000 m F
11:30		Stab F		200 m ZV
11:50		200 m ZV		
12:10			200 m ZV	
12:10	<b>Hammer F</b>		<b>Hammer F</b>	
12:20			<b>Dreisprung F</b>	
12:30	200 m ZV			
12:40				Speer F
12:55				100 m Hü ZV
13:05		100m Hü ZV		
13:15			110 m Hü ZV	
13:25	110 m Hü ZV			
13:35		<b>Weitsprung F</b>		
13:45		<b>Hammer F</b>		200 m F
13:50		200 m F		
14:00			200 m F	
14:05	200 m F (A/B)		Speer F	
14:25	110 m Hü F			
14:30			110 m Hü F	
14:40	<b>Stab F</b>			100 m Hü F
14:45		100 m Hü F		
14:55				Hammer F
15:00				1500 m Hi
15:10	<b>Dreisprung F</b>			
15:15		3000 m Hi		
15:35	3000 m Hi	Speer F	2000 m Hi	
15:50	<b>800 m ZL</b>			
16:05		800 m ZL		
16:20			<b>800 m ZL</b>	
16:30				<b>800 m ZL</b>

Stellplatzzeit: 90 Minuten / Notfalltelefon,-SMS (mit Name, AK, Disziplin, Verein): 0160 98 04 95 07