

Zeitplan Siebenkampf am 07.09.2025

Riege 1	W10
Riege 2	W11
Riege 3	M10-12
Riege 4	W12-15+M13-15

	50m	60m Hürden	Standweit	Stabweit	Diskus/Tenn.	Vortex
12:00	Besprechung der Helferinnen und Helfer der Siebenkampfdisziplinen					
12:10	Riege 1		Riege 3		Riege 4	
12:20	Riege 2					
12:30	Riege 3		Riege 1			
12:40	Riege 4		Riege 2		Riege 1	
12:50			Riege 4			
13:00		Riege 2			Riege 3	
13:10		Riege 4		Riege 1		
13:20					Riege 2	
13:30		Riege 3		Riege 4		
13:40						Riege 3
13:50		Riege 1				
14:00				Riege 2		Riege 4
14:10						
14:20				Riege 3		Riege 1
14:30						
14:40	Umbau auf den Hindernislauf					Riege 2
14:50	Hindernislauf Riege 1					
15:00	Hindernislauf Riege 4					
15:10	Hindernislauf Riege 2+3					
15:20						
15:30	Siegerehrung					

Bitte geht mit euren Laufzetteln eigenständig und rechtzeitig zu den jeweiligen Disziplinen.

Die angegebenen Zeiten sind STARTzeiten der Disziplinen, nicht Zeiten für das Einlaufen, Einspringen oder Einwerfen.

Ein früherer Start ist immer möglich. Ein Vorziehen einer Riege nur nach Absprache mit dem Wettkampfleiter.