

VfL Gladbeck 1921 e. V.

Abteilung Leichtathletik



DSMM-Durchgang für Schüler/innen A und Schüler B

am 05.09.2010 im Stadion Gladbeck

Rahmenzeitplan	Schüler A, Gr. 2 Kampfgericht 1	Schülerinnen A, Gr. 2 Kampfgericht 2	Schüler B, Gr. 1
11:00	80 m Hürden		
11:10		80 m Hürden	
11:20			60 m Hürden
11:30	Weit		
11:40		Ball (200 g)	Ball (200 g)
12:00	100 m		
12:05		100 m	
12:10			75 m
12:20	Kugel		
12:25		Hoch	Hoch
13:10	Ball	Kugel (3 kg)	
13:30			4 x 75 m
14:00	4 x 100	4 x 100	
14:15	Hoch	Weit	Weit
14:20		800 m	
14:30	1000 m		1000 m

Der Zeitplan ist als Rahmenzeitplan ausgelegt

In Absprache mit den Vereinen können die Disziplinen auch vorgezogen werden

gez.

Rainer Krüger

Tel. 02043/3188113

o. 0163/3845633

sportwart@vflgladbeck.de