Pfalz-Mehrkampfmeisterschaften 2013 Riegenlaufplan **Samstag**

Riege	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Klasse	M 10K/mJU20	M 5K	F/wJU20		mJU18		M12	M13	W12/13	
			wJU18							
14.00	100m M	Weit 2		Kugel	Hoch 2	Hoch 1	Weit 1	Ball		
14.05	100m U20									
14.15			100 H F/U20							
14.25			100 H U18							
14.30				100m H						
14.40	Weit 2		Kugel U18							
14.50								75 m		
15.00		Speer					75 m			
15.10				Hoch 2	Kugel	Weit 1				75 m
15.20			Hoch 1					Weit 2	75 m	
15.30										
15.45	Kugel	200 m					Ball			
16.00					100 m					Weit 2
16.10						100 m			Ball	
16.30			Kugel F/U20	100 m	Weit 1					
16.40	Hoch 1	Diskus	100 m U18							
16.50						Kugel			Weit 2	
17.10			200 m F/U20							
17.20										Ball
17.30		1500 m								
17.40					400 m					
18.00	400 m									

Pfalz-Mehrkampfmeisterschaften 2013 Riegenlaufplan **Sonntag**

Riege	1/5/6	3	4	12	13	14	15	16	17
Klasse	Zehnkampf M/U20/U18	F/wU20		M14	M15	W14		W15	
		wJU18							
10.00	110 m H M			Kugel	Weit 1	Hoch 1	Hoch 2	Weit 2	
10.10	110 m H U20								
10.20	110m H U18								
10.30									
10.45	Diskus							Kugel	Weit 2
11.00				Weit 1	100 m				
11.10						100 m			
11.20							Kugel		
11.30			Weit 2		Hoch 1			Hoch 2	
11.40		Weit 1							100 m
11.50									
12.00	Stabhoch			100 m		Kugel			
12.20			Speer				100 m		
12.30									Hoch 2
12.45					Kugel	Weit 1		100 m	
13.00		Speer		Hoch 1					
13.00	**5000 m M/F**								
13.15							Weit 1		
13.30			800 m						Kugel
13.45	Speer	800 m							
14.30	1500 m								