



**11. Sauerländer-LA-Nachwuchsmeeting am Donnerstag, 30. Mai 2024**  
**mit Kreismeisterschaften der Jugend U14 – U16**  
**und Förderwettkämpfen / Kreisbestenkämpfen der Kinder U12 + U10**  
**im Hemberg-Stadion, Iserlohn**

**Kampfrichterbesprechung: 10:15 Uhr**

**Stand: 21.03.2024**

Zeit	WK U10 8 + 9	WK U12 10 + 11	WJ U14 12 + 13	WJ U16 14 + 15	MK U10 8 + 9	MK U12 10 + 11	MJ U14 12 + 13	MJ U16 14 + 15
11:00		Weit 1 + 2	60 m H		Schlagball 1	Hoch		
11:05							60 m H	
11:15			Ballwurf 2	80 m H				
11:25								80 m H
11:35	50 m							
11:55					50 m		Hoch	
12:10						50 m		
12:15	Schlagball 1			Weit 1	Weit 2			
12:25		50 m						
12:30						Schlagball 2		
12:45			75 m					
13:00							75 m	
13:10				100 m				
13:20								100 m
13:30		Schlagball 1	Weit 1 + 2					
13:45				Hoch			Ballwurf 2	Hoch
14:05	4 x 50 m							
14:10					4 x 50 m			
14:15		4 x 50 m						
14:20						4 x 50 m		
14:30				Kugel				Kugel
14:45	Weit 1	Hoch	4 x 75 m			Weit 2		
14:55							4 x 75 m	
15:10				4 x 100 m				
15:20								4 x 100 m
15:25			Speer	Speer				
15:35		800 m						
15:45						800m		
15:55			800m				Weit 2	Weit 1
16:05							800m	
16:15			Hoch	800m				
16:20							Speer	Speer
16:25								800m

**Es finden nur Zeitläufe statt; es beginnt jeweils der jüngere Jahrgang!**

**Je nach Meldungseingang wird der Zeitplan kurzfristig angeglichen!**

**verbindliche Anfangshöhen Hochsprung:**

WJ / MJ U12 (10 + 11)	0,80 m + 5 cm bis 1,00 m, dann 3 cm
WJ / MJ U14 (12 + 13)	1,10 m + 5 cm bis 1,30 m, dann 3 cm
WJ / MJ U16 (15 + 14)	1,25 m + 5 cm bis 1,45 m, dann 3 cm