

# Zeitplan Leichtathletik Praxis-Prüfung

Freitag, 25.07.2025, Prüfungs-Beginn 14.00 Uhr, Orga/Eröffnung 13.45 Uhr

## 1. Leistung: Block Disziplingruppe Sprung

Zeit	Disziplin	Geschl.	gewählte Sprung-Disziplinen	Nachnamen-Beginn
14.00 Uhr	Hoch	männl.	Hoch+Weit / Hoch+Drei	A bis Z
14.00 Uhr	Weit	weibl.	Weit+Hoch	A bis Z
14.00 Uhr	Weit	männl.	Weit+Drei nur Weit	A bis Z <b>A bis G</b>
14.40 Uhr	Weit	weibl.	Weit+Drei nur Weit	A bis Z <b>A bis M</b>
14.40 Uhr	Weit	männl.	nur Weit	<b>L bis R</b>
14.50 Uhr	Hoch	weibl.	alle Kombinationen	A bis Z
15.20 Uhr	Weit	weibl.	nur Weit	<b>O bis Z</b>
15.20 Uhr	Weit	männl.	Weit+Hoch nur Weit	A bis Z <b>H bis K</b>
15.40 Uhr	Hoch	männl.	nur Hoch	A bis Z
16.00 Uhr	Weit	männl.	nur Weit	<b>S bis Z</b>
16.00 Uhr	Drei	m./w.	alle Kombinationen	A bis Z

## Allgemeine Hinweise:

- Vor Wettkampfbeginn in den Sprungdisziplinen zügig den Anlauf ausmessen und festlegen.
- Es gibt **ein bis zwei** Probeversuche, dann startet der Wettkampf.
- **Reihenfolge der Sprunghöhen**
  - **Hoch männl.:** 1,40m; 1,45m; 1,50m; 1,55m ... je 5cm Höhenänderung bis 1,85m
  - **Hoch weibl.:** 1,20m; 1,25m; 1,28m; 1,32m ... je 4cm Höhenänderung bis 1,60m
- **vor Wettkampfbeginn: persönliche Anfangshöhe festlegen!**
- Auch bei feuchtem Tartan wird der Wettkampf durchgeführt. Entsprechend sollte die Wettkampf-Ausrüstung - insbesondere das Schuhmaterial - sein!
- Bei Regen kann bei den Sprung- und Wurfdisziplinen der Wettkampf unterbrochen werden, die Sprint- und Laufdisziplinen finden statt.  
(Ob „Regen“ vorliegt, entscheidet die Wettkampfleitung. 😊)
- Bei Gewitter wird der Wettkampf unterbrochen.

## 2. Leistung: Block Disziplinengruppe Sprint (ohne Hürden)

Zeit	Disziplin	Geschl.	gewählte Sprint-Disziplinen (ohne Hürden)
17.10 Uhr	100m	m.	nur 100m
17.30 Uhr	100m	w.	nur 100m
17.50 Uhr	200m	w./m.	nur 200m / 200m+100m
18.20 Uhr	400m	w./m.	nur 400m / 400m+100m / 400m+200m

- **Hinweis: Wer als Wahldisziplin eine zweite Kurzstrecke (ohne Hürden) läuft, läuft die längere Strecke am Freitag, die kürzere am Samstag!**
- **Laufeinteilung:**

100m Herren						
Startzeit	Lauf-Nr	Laufbahn 2	Laufbahn 3	Laufbahn 4	Laufbahn 5	
17.10		1 Dick	Dreher	Engelhardt	Gall	
17.12		2 Goller	Günther	Halder	Hanek	
17.14		3 Jetter	Jezek	Kalb	Kalbfell	
17.16		4 Killi	Klein	Kramer	Lips	
17.18		5 Luz	Max	Mohr	Müller	
17.20		6 Nothdurft	Raatz	Reick	Ritter	
17.22		7 Sanke	Schmidt	Schmidt	Stingel	
17.24		8 Straub	Stuber	Traunecker	Triantafillou	
17.26		9 Veeser	Wichert	Wüstner	Zimmerhagl	
100m Damen						
Startzeit	Lauf-Nr	Laufbahn 2	Laufbahn 3	Laufbahn 4	Laufbahn 5	
17.30		1 Baumann	Eisenreich	Frank	Gaugisch	
17.32		2 Grupp	Haciok	Hartmann	Henes	
17.34		3 Holzinger	Höner	Kemmler	Kleinhanzl	
17.36		4 Merz	Möller	Ostertag	Pflug	
17.38		5 Pittner	Raiff	Reinisch	Ryck	
17.40		6 Schlude	Schmid	Schmidt	Stelter	
17.42		7 Stiglmeier	Strecker	Weißberger		
17.44		8 Wolf	Yildirim	Zettl		
200m Herren + Damen						
Startzeit	Lauf-Nr	Laufbahn 2	Laufbahn 3	Laufbahn 4	Laufbahn 5	
17.50		1 Blazevic	Buße	Cazzonelli	Di Nanno	
17.53		2 Fesseler	Nadalutti	Neubrand	Pflug	
17.56		3 Rabin	Rainer	Rieger		
17.59		4 Rimpf	Saam	Scheufele		
18.02		5 Schmalzried	Schmitt	Wehner		
18.05		1 Blessin	Enger	Gubo		
18.08		2 Hammelehle	Pag	Wilhelm		
400m Herren + Damen						
Startzeit	Lauf-Nr	Laufbahn 2	Laufbahn 3	Laufbahn 4	Laufbahn 5	
18.20		1 Aßmann	Lindenthal	Mletzko	Raiser	

# Zeitplan Leichtathletik Praxis-Prüfung

Samstag, 26.07.2025, Beginn 8.50 Uhr, Orga/Eröffnung 8.40 Uhr

## 3. Leistung: Block Disziplingruppe Wurf/Stoß

Zeit	Disziplin	Geschl.	gewählte Wurf-Disziplinen	Nachnamen-Beginn
8.50 Uhr	SB	weibl.	SB+Diskus nur SB	A bis Z A bis G
8.50 Uhr	SB	männl.	SB+Kugel SB+Diskus	K bis M A bis Z
8.50 Uhr	Kugel	weibl.	alle Kombinationen	jeweils A bis Z
9.30 Uhr	SB	weibl.	nur SB	H bis Pa
9.30 Uhr	SB	männl.	SB+Speer nur SB	A bis Z A bis G
9.30 Uhr	Kugel	männl.	Kugel+SB	N bis Z
10.00 Uhr	SB	weibl.	SB+Kugel SB+Speer	A bis Z A bis Z
10.00 Uhr	SB	männl.	nur SB	H bis Raa
10.00 Uhr	Kugel	männl.	Kugel+Speer Kugel+SB	A bis Z A bis J
10.30 Uhr	SB	weibl.	nur SB	Pe bis Z
10.30 Uhr	SB	männl.	nur SB	Rab bis Schmidt
10.30 Uhr	Kugel	männl.	Kugel+SB Kugel+Diskus	K bis M A bis Z
11.00 Uhr	SB	männl.	SB+Kugel	N bis Z
11.00 Uhr	Kugel	männl.	nur Kugel	A bis Z
11.00 Uhr	Speer	weibl.	alle Kombinationen	jeweils A bis Z
11.30 Uhr	SB	männl.	SB+Kugel	A bis J
11.30 Uhr	Speer	männl.	alle Kombinationen	jeweils A bis Z
12.00 Uhr	SB	männl.	nur SB	Schmitt bis Z
12.00 Uhr	Diskus	m./w.	alle Kombinationen	jeweils A bis Z

- Hinweis:**  
 Schleuderball (SB) männl. → Speerwurfanlage Hochsprungseite  
 SB weibl. und Speer → Speerwurfanlage Stabhochsprungseite

#### 4. Leistung: Block Hürden (+ Wahldisziplin Kurzstrecke)

Zeit	Disziplin	Geschl.	gewählte Prüfungsdisziplinen
13.30 Uhr	100m	w./m.	100m+200m / 100m+400m
13.50 Uhr	100m Hü	w.	alle Kombinationen
14.20 Uhr	110m Hü	m.	alle Kombinationen

- **Laufeinteilung:**

100m Damen + Herren					
Startzeit	Lauf-Nr	Laufbahn 2	Laufbahn 3	Laufbahn 4	Laufbahn 5
13.30		1 Blazevic	Buße	Cazzonelli	Nadalutti
13.32		2 Neubrand	Pflug	Rabin	Rainer
13.34		3 Raiser	Rieger	Saam	
13.36		1 Schmalzried	Schmitt	Wehner	
13.38		1 Gubo	Hammelehle	Pag	
100m Hürden Damen					
Startzeit	Lauf-Nr	Laufbahn 2	Laufbahn 4	Laufbahn 6	
13.50		1 Binder	Blessin	Blum	
13.53		2 Braun	Henes	Keuerleber	
13.56		3 Lenz	Möller	Ostertag	
13.59		4 Pflug	Reinisch		
14.02		5 Schlude	Seid		
110m Hürden Herren					
Startzeit	Lauf-Nr	Laufbahn 2	Laufbahn 4	Laufbahn 6	
14.20		1 Berberich	Damm	Dick	
14.23		2 Dreher	Engelhardt	Fesseler	
14.26		3 Frank	Grunwald	Jetter	
14.29		4 Jezek	Kalbfell	Killi	
14.32		5 Körner	Kuhnle	Max	
14.35		6 Menke	Mletzko	Müller	
14.38		7 Radman	Reick	Rummel	
14.41		8 Sander	Saur	Schall	
14.44		9 Schittenhelm	Schuster	Skoda	
14.47		10 Stingel	Wendler		
14.50		11 Wolf	Wüstner		

## 5. Leistung: Block Mittelstrecke

Zeit	Disziplin	Geschl.	gewählte Prüfungsdisziplinen
15.00 Uhr	800m	w.	nur 800m
15.30 Uhr	800m	m.	nur 800m
15.37 Uhr	1000m	w.	nur 1000m / 1000m+800m
15.44 Uhr	1000m	m.	nur 1000m / 1000m+800m
	1500m	w.	(entfällt)
16.40 Uhr	1500m	m.	nur 1500m / 1500m+1000m / 1500m+800m
16.50 Uhr	3000m	w./m.	alle Kombinationen

- **Hinweis: Wer als Wahldisziplin eine weitere Mittelstrecke läuft, absolviert die längere Strecke am Samstag und die kürzere Strecke am Montag nach der Demo-Prüfung!**
- **Laufeinteilung:**

800m Damen	Startzeit	Lauf-Nr					
	15.00	1	Binder	Blessin	Blum	Braun	
		1	Gaugisch	Grupp	Gubo	Haciok	
	15.06	2	Hajdu	Hammelehle	Hartmann	Henes	
		2	Holzinger	Höner	Kapun	Kemmler	
	15.12	3	Keuerleber	Kleinhanzl	Merz	Möller	
		3	Ostertag	Pag	Pflug		
	15.18	4	Raiff	Reinisch	Ryck	Schlude	
		4	Schmid	Schmidt	Seid		
	15.24	5	Stelter	Stiglmeier	Weißberger	Wilhelm	
		5	Wolf	Yildirim	Zettl		
800m Herren	Startzeit	Lauf-Nr					
	15.30	1	Höner	Schmidt	Stuber		
		1					
1000m Damen	Startzeit	Lauf-Nr					
	15.37	1	Baumann	Eisenreich	Enger	Lenz	Pittner
		1					
1000m Herren	Startzeit	Lauf-Nr					
	15.44	1	Berberich	Blazevic	Buße	Cazzonelli	
		1	Damm	Di Nanno	Dick	Dreher	
	15.51	2	Engelhardt	Fesseler	Frank	Gall	
		2	Goller	Grunwald	Günther	Halder	
	15.58	3	Hanek	Jetter	Jezek	Kalb	
		3	Kalbfell	Killi	Klein	Körner	
	16.05	4	Kramer	Kuhnle	Lips	Luz	
		4	Menke	Mletzko	Müller	Neubrand	
	16.12	5	Nothdurft	Pflug	Raatz	Rabin	
		5	Radman	Rainer	Raiser	Reick	
	16.19	6	Rieger	Rimpf	Ritter	Rummel	
		6	Saam	Sander	Sanke	Saur	
	16.26	7	Schall	Scheufele	Schmidt	Schuster	
		7	Skoda	Stingel	Straub		
	16.33	8	Traunecker	Triantafillou	Veeser	Wendler	
		8	Wolf	Wüstner	Zimmerhagl		
1500m Herren	Startzeit	Lauf-Nr					
	16.40	1	Aßmann	Mohr	Schittenhelm	Wehner	Wichert
		1					
3000m Da + He	Startzeit	Lauf-Nr					
	16.50	1	Lindenthal	Max	Nadalutti		
		1	Schmalzriedt	Schmitt	Strecker		

# Zeitplan Leichtathletik Praxis-Prüfung

Montag, 28.07.2025, Beginn 9.30 Uhr, Orga/Eröffnung 9.15 Uhr

Sprungdisziplin, Wurfdisziplin und Nachnamenbeginn ordnen dich für den gesamten Prüfungstag einer Gruppe zu!

## Demonstration: Disziplingruppe Sprung

Zeit	Disziplin	Sex	Wurf-Disz.	Nachname	Gruppe	Anz.
9.30 Uhr	Hoch	m.	Kugel	A bis Ra	Gruppe 1	10
10.00 Uhr	Hoch	w.	Kugel	A bis R	Gruppe 2	10
10.30 Uhr	Hoch	m.	Kugel Speer	Re bis Z A bis Z	Gruppe 3	10
11.00 Uhr	Hoch	w.	Kugel Speer	S bis Z A bis Z	Gruppe 4	8
11.30 Uhr	Hoch	m.	Diskus / SB	jeweils A bis Z	Gruppe 5	9
12.00 Uhr	Hoch	w.	Diskus / SB	jeweils A bis Z	Gruppe 6	10
13.00 Uhr	Weit	m./w.	alle Würfe	A bis Z	Gruppe 11	6
13.30 Uhr	Drei	m./w.	Diskus/Speer	jeweils A bis Z	Gruppe 7	9
14.00 Uhr	Drei	m./w.	SB	A bis Z	Gruppe 8	12
14.30 Uhr	Drei	m./w.	Kugel	A bis N	Gruppe 9	12
15.00 Uhr	Drei	m./w.	Kugel	O bis Z	Gruppe 10	12

## Demonstration: Hürden

Zeit	Gruppe	Zeit	Gruppe	Zeit	Gruppe	Zeit	Gruppe
9.30 Uhr	3	10.00 Uhr	4	10.30 Uhr	1	11.00 Uhr	2
11.30 Uhr	11	12.00 Uhr	7	13.00 Uhr	8	13.30 Uhr	9
14.00 Uhr	10	14.30 Uhr	5	15.00 Uhr	6		

## Demonstration: Disziplingruppe Wurf/Stoß

Zeit	Disziplin	Gruppe(n)	Anz.
9.30 Uhr	Diskus	5 + 6 + 7	11
10.00 Uhr	SB	8	12
10.30 Uhr	SB	5 + 6 + 11	13
11.00 Uhr	Kugel	9	12
11.30 Uhr	Kugel	10	12
12.00 Uhr	Kugel	1	10
13.00 Uhr	Kugel	2	10
13.30 Uhr	Kugel	3	9
14.00 Uhr	Kugel	4 + 11	6
14.30 Uhr	Speer	3 + 4 + 7 + 11	10

- Beginn für die Mittelstrecken bzw. die nachzuholenden Disziplinen auf Leistung: 15.45 Uhr

## Überblick Zeitplan Demonstrationsprüfung

<u>Zeit</u>	<u>Hürden</u>	<u>Hoch / Weit / Drei</u>	<u>Diskus / Schleuderball / Kugel / Speer</u>
9.30 Uhr	Hürden Gruppe 3	Hoch Gruppe 1	Diskus Gruppe 5 + 6 + 7
10.00 Uhr	Hürden Gruppe 4	Hoch Gruppe 2	SB Gruppe 8
10.30 Uhr	Hürden Gruppe 1	Hoch Gruppe 3	SB Gruppe 5 + 6 + 11
11.00 Uhr	Hürden Gruppe 2	Hoch Gruppe 4	Kugel Gruppe 9
11.30 Uhr	Hürden Gruppe 11	Hoch Gruppe 5	Kugel Gruppe 10
12.00 Uhr	Hürden Gruppe 7	Hoch Gruppe 6	Kugel Gruppe 1
Pause			
13.00 Uhr	Hürden Gruppe 8	Weit Gruppe 11	Kugel Gruppe 2
13.30 Uhr	Hürden Gruppe 9	Drei Gruppe 7	Kugel Gruppe 3
14.00 Uhr	Hürden Gruppe 10	Drei Gruppe 8	Kugel Gruppe 4 + 11
14.30 Uhr	Hürden Gruppe 5	Drei Gruppe 9	Speer Gruppe 3 + 4 + 7 + 11
15.00 Uhr	Hürden Gruppe 6	Drei Gruppe 10	
15.45 Uhr	Beginn Leistungsteil Mittelstrecke und der nachzuholenden Leistungsteile		

- Diejenigen, die **nur zwei** Demo-Disziplin absolvieren, ordnen sich **selbständig** einer Gruppe zu, so dass es mit der zweiten Disziplin **keine zeitliche Überschneidung** gibt!
- Diejenigen, die **nur eine** Demo-Disziplin absolvieren, kommen zu einer beliebigen Zeit dazu.