

Zeitplan:

Oberfränkische Hallen-Alternativ am 23.03.2019

	M11 / M10	M9	M8	M7	M6		W11 / W10	W9	W8	W7	W6	
10:00	Weit 1	30m				10:00	Weit 2	Medizinball 1	Medizinball 2			10:00
10:15			30m			10:15						10:15
10:30				Medizinball 1	Medizinball 2	10:30		30m				10:30
10:45						10:45			30m			10:45
11:00	30m	Medizinball 1	Medizinball 2			11:00						11:00
11:15						11:15	30m					11:15
11:30				30m		11:30		Weit 1	Weit 1	Medizinball 1	Medizinball 2	11:30
11:45					30m	11:45						11:45
12:00	Medizinball 2	Weit 2	Weit 2			12:00				30m		12:00
12:15						12:15					30m	12:15
12:30						12:30	Medizinball 1	30mH				12:30
12:45						12:45			30mH			12:45
13:00		30mH		Weit 1	Weit 1	13:00				Weit 2	Weit 2	13:00
13:15			30mH			13:15						13:15
13:30	30mH					13:30	30mH					13:30
13:45						13:45		Staffel				13:45
14:00						14:00				Staffel		14:00
14:15		Staffel				14:15						14:15
14:30				Staffel		14:30						14:30
14:45	Staffel					14:45						14:45
15:00						15:00	Staffel					15:00
15:15						15:15						15:15

Zeitplanänderungen anhand der Meldungen vorbehalten