

	WU12	MU12	WU10	MU10	WU08	MU08
	W 11 / 10	M 11 / 10	W 9 / 8	M 9 / 8	W 7 / 6 / 5	M 7 / 6 / 5
10:00	30m Hindernis		Standweit 1 & 2	Medizinball 1		Medizinball 2
10:15						
10:20		30m Hindernis			Medizinball 2	
10:30	Hochsprung					30m Hindernis
10:45		Medizinball 1	30m Hindernis	Standweit 1 & 2		
11:00					30m Hindernis	
11:15				30m Hindernis		Standweit 1
11:30		2x30m	Medizinball 1 & 2			
11:45					Standweit 2	
12:00	2x30m					
12:15		Hochsprung				
12:30			2x30m			
12:45	Medizinball 1 & 2					
13:00				2x30m		
13:15						2x30m
13:30					2x30m	
13:45						
14:00	Staffel 4 x 1 Runde					
14:15					Staffel 4 x 1 Runde	
14:20			Staffel 4 x 1 Runde			
14:45	7-Runden-Lauf	7-Runden-Lauf				
15:00					5-Runden-Lauf	5-Runden-Lauf
15:10			5-Runden-Lauf	5-Runden-Lauf		
ab 15:30	Siegerehrung					