

**Landessportfest der Schulen in Nordrhein-Westfalen**  
**Landesmeisterschaft Leichtathletik 2023**  
**Duisburg, 6. Juni 2023**  
**Zeitplan**

Zeit	WK II Mädchen	WK II Jungen	WK III Mädchen	WK III Jungen	JtfP (4 Schulen)	Zeit
10:15	Briefing 4x100m				Kugel	10:15
10:25		Briefing 4x100m				10:25
10:30	4 x 100 m					10:30
10:40		4 x 100 m				10:40
10:45			Briefing 4x75m			10:45
10:55				Briefing 4x75m		10:55
11:00	Speer (500 g)		4 x 75 m		Weit 2	11:00
11:10		Kugel (5 kg)		4 x 75 m		11:10
11:30		Weit 1				11:30
11:45			Hoch 2 (AH: 1,08 m)	Hoch 1 (AH: 1,20 m)		11:45
11:55					Ball	11:55
12:25			Kugel (3 kg)			12:25
12:30	100 m				Keulenzielwurf	12:30
12:45		100 m				12:45
12:55	Weit 2					12:55
13:00				Ball (200g)	100m - 75m - 50m	13:00
13:30			75 m			13:30
13:40	Kugel (3 kg)			75 m		13:40
13:55					400m Rolli	13:55
14:05		Speer (700 g)				14:05
14:10					600m	14:10
14:20			Weit 1	Weit 2		14:20
14:45	Hoch 2 (AH: 1,20 m)	Hoch 1 (AH: 1,32 m)				14:45
15:00					<b>SIEGEREHRUNG (Arena)</b>	15:00
15:15				Kugel (4 kg)		15:15
15:30			Ball (200g)			15:30
16:05				800 m		16:05
16:15			800 m			16:15
16:25		800 m				16:25
16:35	800 m					16:35
18:00	<b>SIEGEREHRUNG (Arena)</b>					18:00

**Standorte der Wettkampfstätten:**

Stadion: Weit 1 (zum Rasen), Weit 2 (zur Kurve), Hoch 1 (zur Tribüne hin) Hoch 2 (Seite Diskusring)  
 Ball (Weitsprungsseite) Speer (Hochsprungsseite), Kugel

Stand: 24.05.2023

**Wissenswertes (JTFO):**

je 4 Versuche bei Weit, Kugel, Ball u. Speer  
 Beim Weitsprung wird in jeder Wettkampfklasse vom Balken gemessen.  
 Die Steigerungshöhe beim Hochsprung beträgt 4 cm.

**Wissenswertes (JTFP):**

je 1 Probedurchgang und 3 Versuche bei Weit, Kugel und Ball  
 Weitsprung aus der Zone  
 Keulenzielwurf