

## Definitiver Zeitplan

# Interner Vereinswettkampf LCZ, TVU, LCT - 8. Mai 2021

## Sportanlage Sihlhölzli

Zeit	Gruppe 1a (14)	Gruppe 1b (9)	Gruppe 2a (6)	Gruppe 2b (15)	Gruppe 3a (15)	Gruppe 4a (9)
13:30	600m (14)					
13:40		600m (9)			Diskus (13)	
13:50						
14:00				150m (13)		
14:10			150m (2)			
14:20						
14:30	300m (3)					
14:40		300m (5)				
14:50				300m (9)		
15:00			300m (3)		Kugel (13)	
15:10						
15:20						1000m (9)
15:30						
15:40				100m Hü (5)		
15:50			100m (6)			

## Informationen

### Ankreuzen, Appell, Startnummern:

- Kein Ankreuzen, keine Startnummern
- Appell findet 15 Minuten vor dem Start bei der jeweiligen Disziplin statt.

### Aufenthalts und Pausenorte der Gruppen ausserhalb der Rundbahn:

- Gruppe 1a: Bänke beim 300m Start
- Gruppe 1b: Bänke beim 250m Start
- Gruppe 2a: Bänke zwischen 60m und 80m Start
- Gruppe 2b: Bänke zwischen 60m und 80m Start
- Gruppe 3: Bänke beim 100m/110m Start
- Gruppe 4: Bänke beim 200m Start



### Aufwärmen:

- Das Aufwärmen soll wenn immer möglich ausserhalb der Rundbahn stattfinden. Ein Durchmischung der sechs Wettkampf-Gruppen ist gemäss Schutzkonzept nicht erlaubt.
- 20min vor dem Start der Disziplin darf die Bahn betreten werden. Bitte haltet hier genügend Abstand zur vor euch startenden Wettkampfgruppe ein!

### Maskenpflicht:

- Es gilt eine generelle Maskenpflicht. Nur für den unmittelbaren Wettkampfeinsatz darf die Maske auf dem Wettkampflplatz abgezogen werden.

**Bahnverteilung:**

- 100m Hürden: Es wird nur jede zweite Bahn belegt.
- Ab 150m und 300m: Wir in allen sechs Bahnen gelaufen.
- 600m und 1000m: Bahnstarts mit maximal zwei Läufer pro Bahn, wobei dann der zweite Läufer 1,5m hinter dem ersten Läufer starten muss (siehe Schutzkonzept). Nach der Startkurve wird auf Bahn 1 gewechselt.

**Abmeldungen:**

- Abmeldungen (Krankheit etc.) bitte direkt an Marco Aeschlimann – 079 378 84 86 und natürlich an eure Trainerin / euren Trainer.

MAA, 03.05.2021