	W 6/7	M 6/7	W 8/9	M 8/9	W 10/11	M 10/11	W 12/13	M 12/13	W 14/15	M 14/15	W U18	M U18
09:00	Dreierhopp	Dreierhopp			35m Hürden	35m Hürden	Kugel	Kugel	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch
09:20			35m Hürden (AK 9)	35m Hürden (AK 9)								
09:30					Dreierhopp	Dreierhopp						
09:45			35m VL									
10:00	Medizinball	Medizinball		35m VL			Hoch	Hoch				
10:15			Dreierhopp	Dreierhopp	35m VL				Kugel	Kugel	Kugel	Kugel
10:30						35m VL						
10:45	35m VL	35m VL										
11:00					Hoch	Hoch	35m VL					
11:15			Medizinball	Medizinball				35m VL				
11:30							Dreierhopp	Dreierhopp	35m VL	35m VL	35m VL	35m VL
11:45	35m EL	35m EL										
11:50									35m EL	35m EL	35m EL	35m EL
11:55			35m EL	35m EL								
12:05					35m EL	35m EL			Dreierhopp	Dreierhopp	Dreierhopp	Dreierhopp
12:10					Medizinball	Medizinball	35m EL	35m EL				
12:30	4 x 1 Runde gemischte Staffel											
12:35			4 x 1 Runde									
12:40				4 x 1 Runde								
12:45							4 x 1 Runde					
12:50								4 x 1 Runde				
12:55					4 x 1 Runde							
13:00						4 x 1 Runde						
13:05									4 x 1 Runde	4 x 1 Runde	4 x 1 Runde	4 x 1 Runde
13:10												
13:15	400m											
13:30		400m										
13:35			600m									
13:40					600m							
13:45							600m					
13:50									600m		600m	
13:55				800m								
14:00						800m						
14:05								800m				
14:10										800m		800m
14:15												