

57. Pokal der Freundschaft 2016

Datum: Donnerstag, 5. Mai 2016 12.30 Uhr

Veranstaltungsort: Dillingen (Saarland), Ensdorf (Hammerwerfen)

Zeitplan

Technische Besprechung 11:15 Uhr

Uhrzeit	Männer	Frauen
12:30	Hammer (+ mU20)	
13:50		Hammer
12:30	Hochsprung Stabhoch Speer	100m Hürden
12:40		100m Hürden Einlage
12:55	110m Hürden	
13:00	110m Hürden Einlage Männer	Weitsprung
13:15	110m Hürden mU20	
13:20	110m Hürden Einlage mU20	
13:30		100m
13:35		100m Einlage
13:40		Diskus
13:45	100m	
13:50	100m Einlage	
14:00	Kugel (+ mU20)	
14:05		400m
14:20	Weitsprung 400m	
14:30		Hoch 800m
14:45	800m	Stabhoch
14:50		Speer
15:00		200m
15:10		200m Einlage
15:15	200m	Kugel
15:25	200m Einlage	
15:30		Kugel
15:40		3000m
15:55	3000m	
16:00	Diskus (+ mU20)	
16:20		4x100m
16:30	4x100m	

Zeitplanänderungen vorbehalten (Stand 13.04.2016)