

## Ablaufplan Chrono DM Groß-Gerau 05.09. Kadetten

Lauf Nr.	Beginn	TN	m/w	Lauf	
1	10:00	31	w	200 m SV VL	16 VL
2	10:30	14	m	200 m SV VL	7 VL
ca. 15 Minuten Break					
3	11:00	8	w	200 m SV HF	4 HF
4	11:15	8	m	200 m SV HF	4 HF
ca. 15 Minuten Break					
5	11:40	4	m	200 m SV F	2 F
6	11:45	4	w	200 m SV F	2 F
ca. 30 Minuten Break					
7	12:20	31	w	500 m SV VL	16 VL
8	13:00	14	m	500 m SV VL	7 VL
ca. 20 Minuten Break					
8	13:35	4	w	500 m SV F	2 F
10	13:40	4	m	500 m SV F	2 F
ca. 60 Minuten Break					
11	14:45	31	w	1000 m V F	16 F
12	15:45	14	m	1000 m V F	7 F

### Hinweis:

Alle Zeiten sind geschätzt und Folgezeiten können sich nach vorne oder hinten bewegen.