

**Läuferabend am Mittwoch, 22. Juni 2011  
in Porta Westfalica-Nammen**

**Klassen und Wettbewerbe**

Disziplin	Männer MJ A/B	M14/15	M12/13	M10/11	Frauen WJ A/B	W14/15	W12/13	W10/11
100/75/50m	X	X	X	X	X	X	X	X
300m		X				X		
400m/400m H	X				X			
800m	X				X	X	X	X
1000m	X	X	X	X				
3000m	X	X	X	X	X	X	X	X

**Zeitplan**

Uhr	Strecke	Altersklasse
17:30	50m	W10/11
17:35	50m	M10/11
17:40	75m	W12/13
17:45	75m	M12/13
17:50	100m	W14/15
17:55	100m	WJ A/B F.
18:00	100m	M14/15
18:10	100m	MJ A/B M.
18:20	800m	W10 – 15
18:30	800m	Mä / Fr/ Jugend
18:40	1000m	M10 – 15
18:50	1000m	Männer / Jugend
19:00	300m	W 14/15
19:10	300m	M 14/15
19:20	400m	WJ A/B F.
19:30	400m	MJ A/B M.
19:40	400 m H	Frauen / Jugend
19:50	400 m H	Männer / Jugend
20:00	200m	WJ A/B F.
20:10	200m	MJ A/B M.
20:15	3000m	Schüler / Jugend
20:30	3000m	Männer / Frauen