

## Information zum Ablaufplan

### Vierkampf:

Im Ring 1 wird der Leistungsrichter Christopher Roder-Rosenov richten. (Reihenfolge siehe Katalog)

Im Ring 2 wird der Leistungsrichterin Nicolle Holicka richten. (Reihenfolge siehe Katalog)

Beginn der Unterordnung 08:00 Uhr.

### Laufdisziplinen:

Der Vierkampf ist dieses Jahr in 5 Startgruppen eingeteilt. (siehe Katalog)

Beginn der Laufdisziplinen 12:30 Uhr.

Startgruppe 1 :	1. Slalom	2. Hürden	3. Hindernislauf
Startgruppe 2 :	1. Hürden	2. Hindernislauf	3. Slalom

Die Startgruppen 1 und 2 werden parallel auf dem Platz ihre Laufdisziplinen absolvieren.

Startgruppe 3:	1. Slalom	2. Hürden	3. Hindernislauf
Startgruppe 4:	1. Hürden	2. Hindernislauf	3. Slalom

Danach werden die Startgruppen 3 und 4 auf dem Platz ihre Laufdisziplinen parallel absolvieren.

Startgruppe 5:	1. Hürden	2. Slalom	3. Hindernislauf
Sprint Vierkampf:	1. Slalom	2. Hindernislauf	3. Hürden

Anschließend wird die Startgruppe 5 und der Sprint Vierkampf Ihre Laufdisziplinen parallel absolvieren.

### Geländelauf:

Der GL 5000m wird in einer Startgruppe stattfinden. (siehe Starterliste)

Der GL 2000m wird in 3 Startgruppen stattfinden. (siehe Starterliste)

Der GL 1000m wird in 1 Startgruppen stattfinden. (siehe Starterliste)

Der Sprint VK 1000m wird in 2 Startgruppen stattfinden. (siehe Starterliste)

Die einzelnen Startgruppen sammeln sich 10 min vor dem Start, zur Chipkontrolle an einem ausgewiesenen Platz.

Sollte ein Teilnehmer in der Startgruppe ausfallen rückt die nächste Startnummer sofort nach. Es gibt keine Änderung der kompletten Startgruppen.

Bitte auf alle Durchsagen und Aushänge achten.

## **Zeitplan Geländelauf: Gestartet wird in 30 Sekunden Takt**

**Sonntag, 09.07.2023**

06:15 Uhr	Chipkontrolle Starter GL 5000 m
06:30 Uhr	Start GL 5000 m
07:00 Uhr	Chipkontrolle Starter GL 2000m Startgruppe 1
07:10 Uhr	Start GL 2000 m Startgruppe 1
07:20 Uhr	Chipkontrolle Starter GL 2000 m Startgruppe 2
07:30 Uhr	Start GL 2000 m Startgruppe 2
07:35 Uhr	Chipkontrolle Starter GL 2000 m Startgruppe 3
07:45 Uhr	Start GL 2000 m Startgruppe 3
07:50 Uhr	Chipkontrolle Starter 1000 m
08:00 Uhr	Start GL 1000 m
08:00 Uhr	Chipkontrolle Starter Sprint VK 1000 m Startgruppe 1
08:30 Uhr	Start Sprint VK GL 1000 m Startgruppe 1
08:30 Uhr	Chipkontrolle Starter Sprint VK 1000 m Startgruppe 2
08:45 Uhr	Start Sprint VK GL 1000 m Startgruppe 2

### **CSC:**

Am Samstagnachmittag finden die Vorläufe statt. Die besten 8 Mannschaften und 1 Jugendmannschaft starten am Sonntag im Finale.

Beginn der Finalläufe 10:30 Uhr

13:00 Uhr Siegerehrung

Sportliche Grüße

OFT SGSV, Uwe Schedler