

WLV-Pokal Kinderleichtathletik
01. Dezember 2024 - SCHARRena Stuttgart



Kinder U10															
	Riege 1	Riege 2	Riege 3	Riege 4	Riege 5	Riege 6	Riege 7	Riege 8							
09:45	Gemeinsames Warm-Up														
10:00	Sprint		Hoch-Weit		Medball		ZonenWeit								
10:05															
10:10															
10:15															
10:20															
10:25	Sprint		Hoch-Weit		Medball		ZonenWeit								
10:30															
10:35															
10:40															
10:45															
10:50	Hoch-Weit		Medball		ZonenWeit		Sprint								
10:55															
11:00															
11:05															
11:10															
11:15	Hoch-Weit		Medball		ZonenWeit		Sprint								
11:20															
11:25															
11:30															
11:35															
11:40	Medball		ZonenWeit		Sprint		Hoch-Weit								
11:45															
11:50															
11:55															
12:00															
12:05	Medball		ZonenWeit		Sprint		Hoch-Weit								
12:10															
12:15															
12:20															
12:25															
12:30	ZonenWeit		Sprint		Hoch-Weit		Medball								
12:35															
12:40															
12:45															
12:50															
12:55	ZonenWeit		Sprint		Hoch-Weit		Medball								
13:00															
13:05															
13:10															
13:15															
13:20	Hindernissprint-Staffel														
13:25															
13:30															
13:35															
13:40															
13:45															
13:50															
13:55															

WLV-Pokal Kinderleichtathletik
01. Dezember 2024 - SCHARRena Stuttgart



Kinder U12															
	Riege 1	Riege 2	Riege 3	Riege 4	Riege 5	Riege 6	Riege 7	Riege 8							
14:30	Gemeinsames Warm-Up														
14:35	Sprint		Hoch-Weit		Medball		ZonenWeit								
14:40															
14:45															
14:50															
14:55															
15:00	Sprint		Hoch-Weit		Medball		ZonenWeit								
15:05															
15:10															
15:15															
15:20															
15:25	Hoch-Weit		Medball		ZonenWeit		Sprint								
15:30															
15:35															
15:40															
15:45															
15:50	Hoch-Weit		Medball		ZonenWeit		Sprint								
15:55															
16:00															
16:05															
16:10															
16:15	Medball		ZonenWeit		Sprint		Hoch-Weit								
16:20															
16:25															
16:30															
16:35															
16:40	Medball		ZonenWeit		Sprint		Hoch-Weit								
16:45															
16:50															
16:55															
17:00															
17:05	ZonenWeit		Sprint		Hoch-Weit		Medball								
17:10															
17:15															
17:20															
17:25															
17:30	ZonenWeit		Sprint		Hoch-Weit		Medball								
17:35															
17:40															
17:45															
17:50															
17:55	Hindernissprint-Staffel														
18:00															
18:05															
18:10															
18:15															
18:20															
18:25															
18:30															