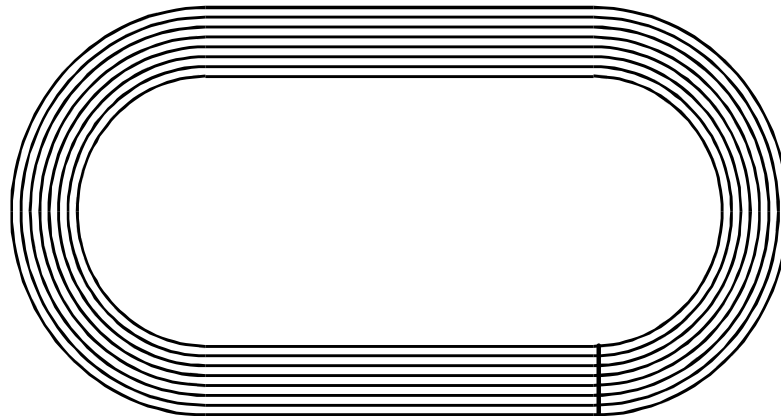


Staffeln: 5 x 80m

U16

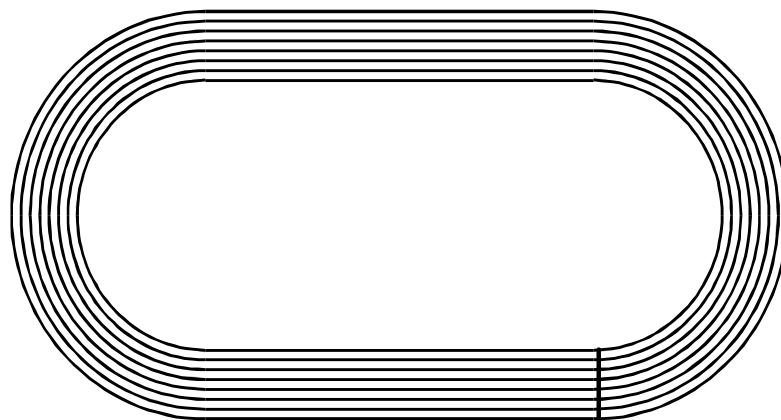


Start (Bahn 1) / Ziel

- Die ganze Staffel wird in Bahnen gelaufen
- Startmarken 400m (weiss)
- Wechselraummarkierung 20m (gelb)
- Anlauf wie 4 x 100m, 10m vor dem Wechselraumbeginn (rot)
- Stabwechsel nur innerhalb des Wechselraumes 20m (gelb)
- Wechselraummitte ist weiss markiert

Staffeln: 4 x 100m

M / F / U20 / U18



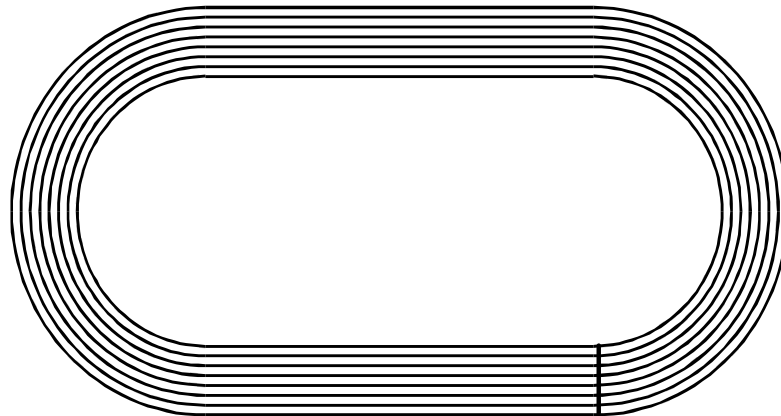
Start (Bahn 1) / Ziel

- Die ganze Staffel wird in Bahnen gelaufen
- Startmarken 400m (weiss)
- Wechselraummarkierung 20m (gelb)
- Anlauf 10m vor dem Wechselraumbeginn (rot)
- Stabwechsel nur innerhalb des Wechselraumes 20m (gelb)
- Wechselraummitte ist weiss markiert

Datum:	Autor	Datei Name:	Ausgabe:	Griff:	Seite:
14.03.96	Ko	hilfsblatt staffeln	2005	5	1

Staffeln: 4 x 200m

M / F

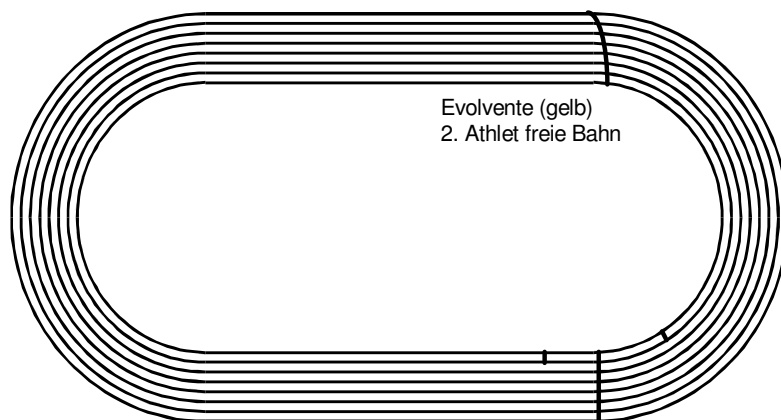


Start (Bahn 1) / Ziel

- Die ganze Staffel wird in Bahnen gelaufen
- Startmarken 400m (weiss) Abstecken mit Hilfe der Tabelle 5 IWB
- Wechselraummarkierung 20m (grün)
- Anlauf 10m vor dem Wechselraumbeginn (grün)
- Stabwechsel nur innerhalb des Wechselraumes 20m (grün)
- Wechselraummitte ist grün markiert

Staffeln: 4 x 400m

M / F / U20



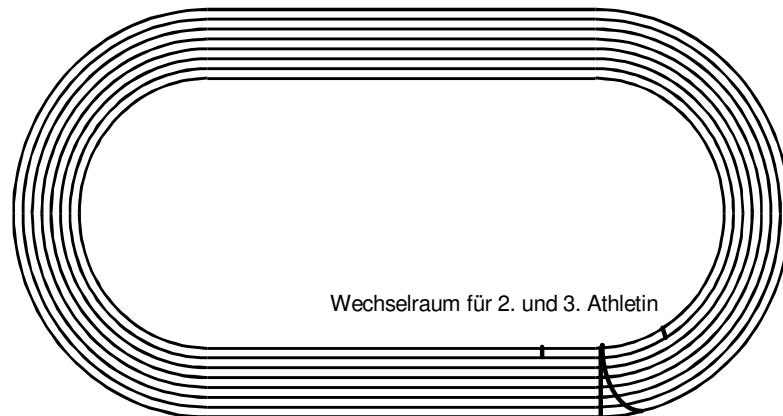
Start / Ziel

- Die ersten 500m werden in Bahnen, der Rest auf freier Bahn gelaufen
- Startmarken 400m Staffel (blau-weiss)
- Der erste Wechsel erfolgt in den entsprechenden Bahnen mit blauer Markierung und grün-weisser Wechselraummitte (Start 800m)
- Anlauf innerhalb des Wechselraumes
- Der zweite und dritte Wechsel muss innerhalb 20m, mit der Wechselraummitte „Ziel“ erfolgen.
- Die Aufstellung von innen nach aussen innerhalb der Wechselräume erfolgt gemäss Klassierung 200m vor dem jeweiligen Wechsel.

Datum:	Autor	Datei Name:	Ausgabe:	Griff:	Seite:
14.03.96	Ko	hilfsblatt staffeln	2005	5	2

Staffeln: 3 x 800m

F / U20 W / U18 W

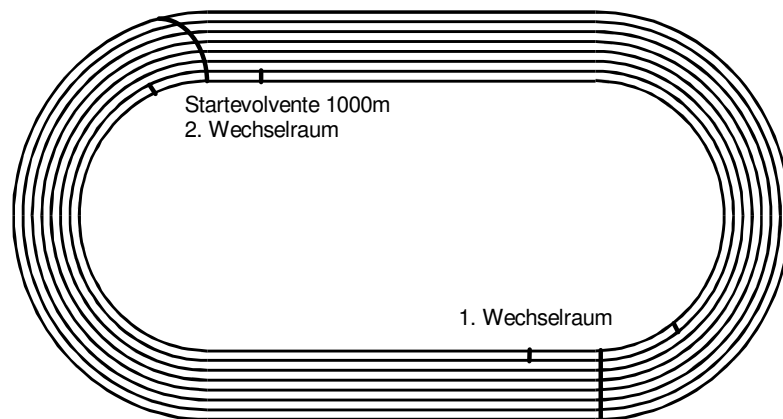


Ziel / Startevolvente

- Die ganze Staffel wird auf freier Bahn (Innenbahn) gelaufen
- Start ab Evolvente bei 2000m (weiss) beim Ziel
- Die Wechsel müssen innerhalb 20m (gelb) erfolgen. Massgebend ist die Bahn 1
- Anlauf innerhalb des Wechselraumes
- Wechselraummitte ist weiss markiert

Staffeln: 3 x 1000m

M / F / U20 / U18 / U16



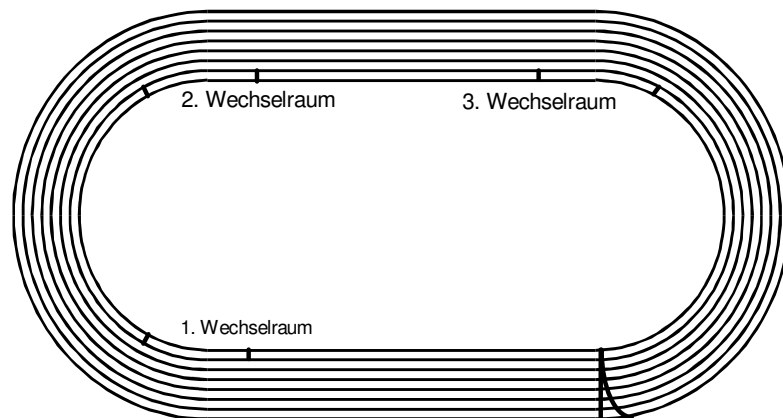
Ziel

- Die ganze Staffel wird auf freier Bahn (Innenbahn) gelaufen
- Start ab Evolvente bei 1000m (weiss)
- Der erste Wechsel muss innerhalb 20m mit der Wechselmitte „Ziel“ erfolgen. Massgebend ist die Bahn 1
- Der zweite Wechsel muss innerhalb 20m mit der Wechselmitte „200m“ erfolgen. Massgebend ist die Bahn 1
- Anlauf innerhalb des Wechselraumes

Datum:	Autor	Datei Name:	Ausgabe:	Griff:	Seite:
14.03.96	Ko	hilfsblatt staffeln	2005	5	3

Staffeln: 4 x 1500m

M

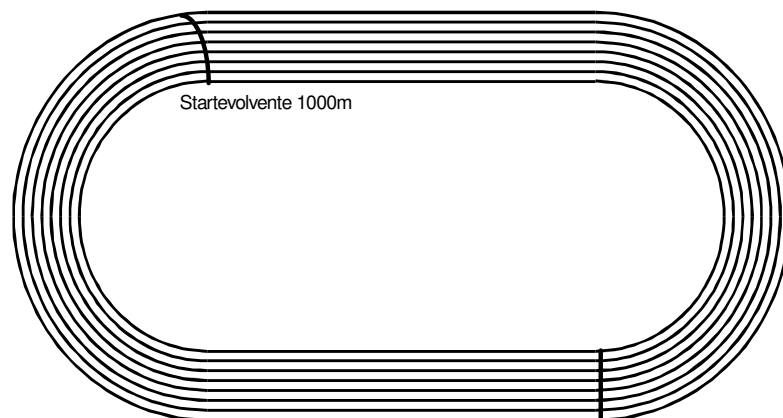


Ziel / Startevolvente

- Die ganze Staffel wird auf freier Bahn (Innenbahn) gelaufen
- Start ab Evolvente bei 2000m (weiss) beim Ziel
- Die Wechsel 1 - 3 müssen innerhalb 20m (gelb) erfolgen. Massgebend ist die Bahn 1, Markierung der 4 x 100m.
- Anlauf innerhalb des Wechselraumes

Staffeln: Americane

M



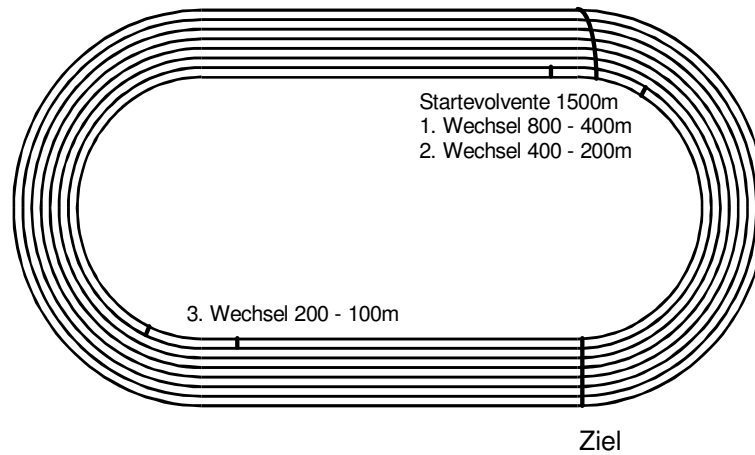
Ziel

- Die ganze Staffel wird auf freier Bahn (Innenbahn) gelaufen
- Start ab Evolvente bei 1000m (weiss)
- Die Mannschaft umfasst 3 Läufer
- Die Zahl der Ablösungen und Längen der Teilstrecken sind frei wählbar
- Die gesamte Streckenlänge beträgt 3000m
- Es gibt keine Wechselräume

Datum:	Autor	Datei Name:	Ausgabe:	Griff:	Seite:
14.03.96	Ko	hilfsblatt staffeln	2005	5	4

**Staffeln: Olympische**

**M / F / U20 / U18**



- Die ganze Staffel wird auf freier Bahn (Innenbahn) gelaufen
- Start ab Evolvente bei 1500m
- Die Wechsel müssen innerhalb 20m (gelb) erfolgen. Massgebend ist die Bahn 1
- Anlauf innerhalb des Wechselraumes
- Wechselraummitte ist weiss markiert

Datum:	Autor	Datei Name:	Ausgabe:	Griff:	Seite:
14.03.96	Ko	hilfsblatt staffeln	2005	5	5