

Laufeinteilung und Dauer Rheinhessen-Cup 2021
Alle Angaben ohne Gewähr, kurzfristige Änderungen vorbehalten.

Lauf	Anzahl Läufe	Einzel / Mannschaft	Disziplin	Start Disziplin	Ende Disziplin
1-3	3	E	50m Hindernis	09:00	09:09
4-8	5	E	200m Hindernis	09:12	09:37
9-12	4	E	100m Hindernis	09:40	09:56
13-18	6	M	4x50m Hindernis	09:59	10:17
Pause				10:20	10:30
19-21	3	E	50m k. Schwimmen	10:33	10:42
22-30	9	E	50m Retten	10:45	11:30
31	1	M	4x25m Rücken	11:33	11:37
Pause				11:40	11:50
32-36	5	M	4x25m Puppenst.	11:53	12:13
37-39	3	E	50m Flossen	12:16	12:25
40-41	2	E	100m komb. Rett.	12:28	12:40
Pause				12:43	12:53
42	1	M	4x25m Rettungsst.	12:56	13:01
43-47	5	M	4x50m Rettungsst.	13:04	13:29
Pause				13:32	13:42
48-51	4	E	50m Retten mit Fl.	13:45	14:01
52-55	4	E	100m Retten mit Fl.	14:04	14:16
Pause				14:19	14:49
56-61	6	E	100m Lifesaver	14:52	15:22
Pause				15:25	15:35
62	1	M	4x25m Gurtretterst.	15:38	15:42
63-67	5	M	4x50m Gurtretterst.	15:45	16:10
Pause				16:13	16:33
68-71	4	E	200m Superlifesaver	16:36	17:16