

VS INDOOR MEETING

PROGRAMMA

	<u>JONGENS / MANNEN</u>
ben.	60 - kogel - 4 x 200
pup.	60 - kogel - 4 x 200
min.	60 - kogel - polsstok - 4 x 200
cad.	60H - 60 - 200 - 800 - ver - kogel - polsstok
schol.	60H - 60 - 200 - 800 - ver - kogel - polsstok
J.S	60H - 60 - 200 - 800 - ver - kogel - polsstok
Jun	60H

	<u>MEISJES / VROUWEN</u>
ben.	60 - ver - 4 x 200
pup.	60 - ver - 4 x 200
min.	60 - ver - polsstok - 4 x 200
cad.	60H - 60 - 200 - 800 - ver - kogel - polsstok
schol.	60H - 60 - 200 - 800 - ver - kogel - polsstok
J.S	60H - 60 - 200 - 800 - ver - kogel - polsstok

TIJDSHEMA

<u>09u40</u>	60m min jongens
<u>10u05</u>	60m min meisjes
<u>10u30</u>	60m pup jongens
<u>10u55</u>	60m pup meisjes
<u>11u20</u>	60m ben jongens
<u>11u45</u>	60m ben meisjes
<u>11u30</u>	4 x 200m pup jongens
<u>11u45</u>	4 x 200m pup meisjes
<u>12u00</u>	4 x 200m min jongens
<u>12u15</u>	4 x 200m min meisjes

<u>13u00</u>	4 x 200m ben jongens
<u>13u15</u>	4 x 200m ben meisjes

<u>13u30</u>	60m cad vrouwen
<u>14u00</u>	60m cad mannen
<u>14u30</u>	60m schol vrouwen
<u>15u00</u>	60m schol mannen
<u>15u30</u>	60m J/S vrouwen
<u>16u00</u>	60m J/S mannen
<u>15u00</u>	200 m cad vrouwen
<u>15u30</u>	200 m cad mannen
<u>16u00</u>	200 m schol vrouwen
<u>16u30</u>	200 m schol mannen
<u>17u00</u>	200 m J/S vrouwen
<u>17u30</u>	200 m J/S mannen
<u>18u00</u>	60mH cad/schol/J/S vrouwen
<u>18u45</u>	60mH cad/schol/J/S/mannen
<u>18u30</u>	800 m cad/schol/J/S vrouwen
<u>19u15</u>	800 m cad/schol/J/S mannen

<u>09u30</u>	kogel pup jongens ver pup meisjes
<u>10u00</u>	polsstok min meisjes en jongens
<u>10u40</u>	kogel min jongens
<u>10u45</u>	ver min meisjes
<u>11u50</u>	kogel ben jongens
<u>12u00</u>	ver ben meisjes

<u>13u00</u>	polsstok AC gemengd (3m30)
<u>13u30</u>	kogel schol mannen (5kg)
<u>13u30</u>	ver J/S mannen
<u>14u45</u>	kogel J/S mannen (6; 7.26 kg)
<u>15u00</u>	ver schol/J/S vrouwen
<u>16u00</u>	kogel cad mannen (4 kg)
<u>16u00</u>	polsstok AC gemengd (2m40)

<u>16u30</u>	ver cad vrouwen
<u>17u30</u>	kogel j/s vrouwen (4 kg)
<u>18u00</u>	ver schol mannen
<u>18u15</u>	kogel cad/schol vrouwen (3 kg)
<u>19u00</u>	ver cad jongens

Er wordt gelijktijdig gelopen in de rechte lijn en op de 200 m baan.

VS INDOOR MEETING

PROGRAMMA

JONGENS / MANNEN

ben. 60 - kogel - 4 x 200
pup. 60 - kogel - 4 x 200
min. 60 - kogel - polsstok - 4 x 200
cad. 60H - 60 - 200 - 800 - ver - kogel -
polsstok
schol. 60H - 60 - 200 - 800 - ver - kogel -
polsstok
J.S 60H - 60 - 200 - 800 - ver - kogel -
polsstok

MEISJES / VROUWEN

ben. 60 - ver - 4 x 200
pup. 60 - ver - 4 x 200
min. 60 - ver - polsstok - 4 x 200
cad. 60H - 60 - 200 - 800 - ver - kogel -
polsstok
schol. 60H - 60 - 200 - 800 - ver - kogel -
polsstok
J.S 60H - 60 - 200 - 800 - ver - kogel -
polsstok

Ben Jongens

11u20 60m
11u50 kogel
13u00 4 x 200m

Pup Jongens

09u30 kogel
10u30 60m
11u30 4 x 200m

Min Jongens

09u40 60 m
10u00 polsstok
10u40 kogel
12u00 4 x 200m

Ben Meisjes

11u45 60m
12u00 ver
13u15 4 x 200m

Pup Meisjes

09u30 ver
10u55 60m
11u45 4 x 200m

Min Meisjes

10u00 polsstok
10u05 60m
10u45 ver
12u15 4 x 200m

Cad Mannen

13u00 polsstok (3m30)
14u00 60m
15u30 200m
16u00 kogel
18u45 60m horden
19u00 ver
19u15 800m

Cad Vrouwen

13u00 polsstok (3m30)
13u30 60m
15u00 200m
16u30 ver
18u00 60m horden
18u15 kogel
18u30 800m

Schol Mannen

13u00 polsstok (3m30)
13u30 kogel
15u00 60m
16u00 polsstok (2m40)
16u30 200m
18u00 ver
19u00 60m horden
19u30 800m

Schol Vrouwen

13u00 polsstok (3m30)
14u30 60m
15u00 ver
16u00 polsstok (2m40)
16u00 200m
18u15 kogel
18u15 60m horden
18u45 800m

J/S Mannen

13u00 polsstok (3m30)
13u30 ver
14u45 kogel
16u00 60m
16u00 polsstok (2m40)
17u30 200m
19u15 60m horden
19u45 800m

J/S Vrouwen

13u00 polsstok (3m30)
15u00 ver
15u30 60m
16u00 polsstok (2m40)
17u00 200m
17u30 kogel
18u30 60m horden
19u00 800m