

VOLVO CHARELS GROTE PRIJS STAD LOKEREN

CAD – SCHOL – JUN – SEN – MAS

PROGRAMMA - ENKEL VOORINSCHRIJVING VIA WWW.ATLETIEK.NU

| | <u>HEREN</u> | <u>DAMES</u> |
|-------------|--|--|
| <u>A.C.</u> | 100m – 200m – 300m – 800m – 3000m – 110mH – 400mH – 4x100m – ver – hinkstap – polsstok – hoog – discus – kogel – speer | 100m – 200m – 300m – 800m – 3000m – 100mH – 400mH – 4x100m – ver – hinkstap – polsstok – hoog – discus – kogel – speer |
| <u>JUN</u> | 110mH 100 m wheelers – 200m wheelers | 100 m wheelers – 200m wheelers |

VOORLOPIG TIJDSHEMA

| | | |
|--------------|--|--|
| <u>13.30</u> | Voorprogramma 4x 100m AC dames 4x 100m AC heren 100m wheelers | Voorprogramma Kampnummers 12 deelnemers toegelaten en/of aanvangshoogte |
| <u>13.50</u> | 400mH AC dames (reeks A/B/C) 400mH AC heren (reeks A/B/C) | |
| <u>14.20</u> | 100m AC dames (reeksen) 100m AC heren (reeksen) | <u>14.00</u> Polsstok AC heren (> 4m00) Discus AC dames |
| <u>15.10</u> | 200m wheelers 200m AC dames (reeks C/D/...) 200m AC heren (reeks C/D/...) | Hinkstap AC heren |
| <u>15.45</u> | 300m AC dames (reeks C/D/...) 300m AC heren (reeks C/D/...) | <u>15.00</u> Speer AC dames |
| <u>16.30</u> | Hoofdprogramma 300m AC Dames (A,B) | Hoofdprogramma |
| <u>16.45</u> | 300m AC Heren (A,B) | <u>15.15</u> Kogel AC dames |
| <u>16.55</u> | 100m AC dames (finale) | <u>15.30</u> Ver AC dames |
| <u>17.00</u> | 100m AC heren (finale) | <u>16.00</u> Hoog AC heren (> 1m70) |
| <u>17.05</u> | 800m AC dames (reeks A/B) | <u>16.15</u> Polsstok AC dames (> 3m00) Discus AC heren |
| <u>17.15</u> | 800m AC Heren (reeks A/B) | <u>17.15</u> Ver AC heren |
| <u>17.30</u> | 100mH Dames | <u>17.45</u> Speer AC heren |
| <u>17.50</u> | 110mH JUN heren | <u>18.00</u> Hoog AC dames (> 1m50) Kogel AC heren |
| <u>18.00</u> | 110mH AC heren | |
| <u>18.15</u> | 200m AC dames (reeks A/B) | <u>18.30</u> Hinkstap AC dames |
| <u>18.25</u> | 200m AC heren (reeks A/B) | |
| <u>18.35</u> | 3000m AC heren (reeks A) | |
| <u>18.50</u> | 3000m AC dames (reeks A) | |
| <u>19.05</u> | Naprogramma 800m AC dames (reeks C/D/...) 800m AC heren (reeks C/D/E) | |
| <u>20.00</u> | 3000m AC dames (reeks B/C) 3000m AC heren (reeks B/C) | |