

ZONDAG 22 SEPTEMBER 2013

OLIMPIC JEUGDMEERKAMP GENK

Terrein: Atletiekpiste Sint-Lodewijk, Mosselerlaan 110 - 3600 Genk

Aanvang: 14u00

INSCHRIJVINGEN TOT 30' VOOR AANVANG WEDSTRIJD !!!

Inschrijvingsgeld : € 2,00 / meerkamp

PROGRAMMA :

HEREN

DAMES

BEN.: 4-kamp (60-600-ver-hockey)

4-kamp (60-600-ver-hockey)

PUP.: 4-kamp (60-1000-hoog (0m90)-kogel)

4-kamp (60-1000-hoog (0m90)-kogel)

Min. : 5-kamp (80-1000-ver-kogel-speer)

5-kamp (80-1000-ver-kogel-speer)

BENADEREND TIJDSHEMA :

	LOPEN	SPRINGEN	WERPEN
14.00u. :	-	Hoog Pup.-D. (0m90)* Ver Min.-D.	- - Kogel Pup.-H. Speer Min.-H.
14.10u. :	60m Ben.-D.		
14.20u. :	60m Ben.-H.		
14.45u. :	60m Pup.-H.	- Ver Ben.-D.	- Hockey Ben.-H. (na speer Min.-H.)
15.00u. :	80m Min.-H.	-	- Kogel Min.-D.
15.15u.	60m Pup.-D.		
15.30u. :	-	Ver Min.-H. Hoog Pup.-H. (0m90)*	- Hockey Ben.-D.
15.45u.	80m Min.-D.		- Kogel Pup.-D.
16.15u. :	-	Ver Ben.-H.	- Speer Min.-D. (na hockey Ben.-D.)
16.30u. :			- Kogel Min.-H.
Vanaf 16.30u:	600m Ben.-D. 600m Ben.-H. 1000m Pup.-D. 1000m Pup.-H. 1000m Min.-D. 1000m Min.-H.		

* Hoogspringen: +5cm, vanaf 1m20 +3cm

BENADERENDE WEDSTRIJDPLANNING :

Ben.-D.	Ben.-H.	Pup.-D.	Pup.-H.	Min.-D.	Min.-H.
14u10 - 60m	14u20 - 60m	14u00 - hoog	14u00 - kogel	14u00 - ver	14u00 - speer
14u45 - ver	14u45 - hockey	15u15 - 60m	14u45 - 60m	15u00 - kogel	15u00 - 80m
15u30 - hockey	16u15 - ver	15u45 - kogel	15u30 - hoog	15u45 - 80m	15u30 - ver
16u30 - 600m	16u30 - 600m	16u45 - 1000m	16u45 - 1000m	16u15 - speer	16u30 - kogel
				17u00 - 1000m	17u15 - 1000m