

TRUDONACHT EN OPEN PK 10000M					
HEREN					
KADETTEN	100-200-600-kogel				
SCHOLIEREN	100-200-600-kogel				
JSM	100-200-600-10000-kogel				
DAMES					
KADETTEN	100-200-600-ver				
SCHOLIEREN	100-200-600-ver				
JSM	100-200-600-10000-ver				

BENADEREND UURSCHEMA

18u45	100kad dames 100sch dames 100jsm dames 100kad heren 100sch heren 100jsm heren				
19u10	600kad dames 600sch dames 600jsm dames 600kad heren 600sch heren 600jsm heren	19u10	ver kad/sch/jsm kogel kad/sch/jsm	dames heren	
19u45	200kad dames 200sch dames 200jsm dames 200kad heren 200sch heren 200jsm heren				
20u15	10000m jsm dames 10000mjsm heren				