

ZONDAG 27 MEI 2018 - ORBIX OMJ

OMJ		BPM	AC	Inschrijven tot 30' voor aanvang proef!							
		13h30	15h00								
JONGENS / HEREN						MEISJES / DAMES					
BEN	PUP	MIN	CAD	SCH	JS	BEN	PUP	MIN	CAD	SCH	JS
60	60	80	100	100	100	60	60	80	100	100	100
hockey	ver	ver	200	200	200	hockey	hoog	ver	200	200	200
4x60	kogel (2kg)	speer (400gr)	1000	1000	1000	4x60	kogel (2kg)	kogel (2kg)	1000	1000	1000
	4x60	4x80	ver	ver	kogel		4x60	4x80	ver	ver	ver
			discus (1kg)	discus (1,5kg)	discus (1,75-2kg)				kogel (3kg)	kogel (3kg)	kogel (4kg)
Inschrijvingsgeld: € 1,50/proef Inkomgeld: € 2,00 p.p.											

Benaderend tijdschema:

13:30	60m Pup-M 60m Pup-J 60m Ben-M	Ver Min-M	Speer Min-J (400gr)
13:45		Hoog Pup-M	Kogel Pup-J (2kg)
14:00	60m Ben-J	Ver Min-J	
14:15			Kogel Min-M (2kg) Hockey Ben-M
14:30		Ver Pup-J	
14:45			Kogel Pup-M (2kg) Hockey Ben-J
15:00	80m Min-M 80m Min-J	Ver Cad/Sch/JS-D	
15:15			Kogel JS-H (6-7,2kg) Discus Cad-H (1kg)
15:30	4x60m Ben-M 4x60m Ben-J 4x60m Pup-M 4x60m Pup-J 4x80m Min-M 4x80m Min-J		
16:00	100m Cad-H 100m Sch-H 100m JS-H 100m Cad-D (na ver) 100m Sch-D (na ver) 100m JS-D (na ver)		
16:15		Ver Cad/Sch-H	Kogel JS-D (4kg) Discus Sch-H (1,5kg)
16:30	1000m Cad-D 1000m Sch-D 1000m JS-D 1000m Cad-H 1000m Sch-H 1000m JS-H		
17:00	200m Cad-D 200m Sch-D 200m JS-D 200m JS-H 200m Cad-H 200m Sch-H		Kogel Cad/Sch-D (3kg) Discus JS-H (1,75-2kg)