|  |  |
| --- | --- |
| Atletiekclub VITApiste Ninove (Mondo)Nummer : 19498 | Woensdag 29 augustus 201918u30 |

# AVONDMEETING

## PROGRAMMA

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **JONGENS / MANNEN** |  | **MEISJES / VROUWEN** |
| cad. | 100H-100m-300m-1000m  ver-discus-pols | cad. | 80H-100m-300m-1000m  kogel-discus-pols |
| schol. | 110H-100m-300m-1000m-3000m-ver-kogel-discus-pols | schol. | 100H-100m-300m-1000m-3000m-ver-kogel-discus-pols |
| J.S.M. | 110H-100m-300m-1000m-3000m-ver-kogel-discus | J.S.M. | 100H-100m-300m-1000m-3000m-ver-kogel-discus-pols |
| Mas. | Horden-Kogel-discus | Mas. | Kogel-discus |
|  |  |  |  |

## UURROOSTER

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 18u30 | 80H cad meisjes/W40-45) 76cm | 18u30 | kogel schol jong/M60-65 (5kg) |
|  | 100H schol meisjes (76cm) |  | ver cad jongens |
|  | 100H jun.sen.mas vrouwen 84c |  | Discus schol meisjes (1kg) |
|  | 100H cad jong/M50-55 (91cm) |  | Discus jun.sen.mas vrouwen (1k) |
|  | 110H schol jongens (91cm) |  | Polsstok cad/schol/sen meisjes |
|  | 110H jun mannen/M34-45 (1m) |  |  |
|  | 110H sen mannen (1,067m) | 19u15 | Kogel cad/schol meis/W50+ 3kg |
| 19u10 | 100m cad meisjes |  | ver jun.sen.mas mannen |
|  | 100m schol meisjes |  | discus jun mannen (1,75kg) |
|  | 100m cad jongens |  | discus sen.mas mannen (2kg) |
|  | 100m schol jongens |  | Discus M35-45 (2kg) |
|  | 100m jun.sen.mas vrouwen | 19u45 | Polsstok cad/schol jongens |
|  | 100m jun.sen.mas mannen |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| 19u50 | 300m cad meisjes | 20u00 | kogel jun mannen (6kg) |
|  | 300m schol meisjes |  | kogel sen.mas mannen (7,26kg) |
|  | 300m cad jongens |  | ver schol meisjes |
|  | 300m schol jongens |  | ver jun.sen.mas vrouwen |
|  | 300m jun.sen.mas vrouwen |  | Discus cad jongens/M60+ (1kg) |
|  | 300m jun.sen.mas mannen |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| 20u30 | 1000m cad meisjes | 20u40 | ver schol jongens |
|  | 1000m schol meisjes |  | kogel jun.sen vrouw/W35-45/4kg |
|  | 1000m cad jongens |  | Discus cad meisjes (1kg) |
|  | 1000m schol jongens |  |  |
|  | 1000m jun.sen.mas vrouwen |  |  |
|  | 1000m jun.sen.mas mannen |  |  |
| 21u00 | 3000m schol meisjes  3000m jun.sen.mas vrouwen | 21u20 | Discus schol jongens/M50-55 (1,50kg) |
|  | 3000m schol jongens |  | Kogel M70-75/4kg  Kogel M 80+ 3kg |
|  | 3000m jun.sen.mas mannen |  |  |