|  |  |
| --- | --- |
| Atletiekclub VITApiste Ninove (Mondo)Nummer : 20436 | Woensdag 5 augustus 202018u30 (loopnummers 18u40) |

# AVONDMEETING

## PROGRAMMA

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **JONGENS / MANNEN** |  | **MEISJES / VROUWEN** |
| cad. | 100H-100m-400m-1500m  Hoog-kogel-speer | cad. | 80H-100m-400m-1500m  Hoog-kogel-speer-hinkstap |
| schol. | 110H-100m-400m-1500m--hoog-kogel-speer-hinkstap | schol. | 100H-100m-400m-1500m--hoog-kogel-speer-hinkstap |
| J.S.M. | 110H-100m-400m-1500m-2 mijl-hoog (1m40)-kogel-speer-hinkstap | J.S.M. | 100H-100m-400m-1500m-2 mijl -hoog (1m25)-kogel-speer-hinkstap |
| Mas. | Horden-Kogel-speer-hinkstap | Mas. | Kogel-speer-hinkstap |
| Wheel | 100m-200m-800m | Wheel | 100m-200m-800m |
|  |  |  |  |

## UURROOSTER

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 18u30 | 80H Mas M70-75 (76cm/7m) | 18u30 | kogel schol jong/M60-65 (5kg) |
|  | 80H cad meisjes/W40-45) 76cm |  | speer cad meisjes/W50+ (500g) |
|  | 100H schol meisjes (76cm) |  | speer scho meisjes (500g) |
|  | 100H jun.sen.mas vrouwen 84c |  | hoog cad/schol/sen meisjes |
|  | 100M Mas M60-65 (84cm) |  | Hinkstap jun.sen mannen (11/13) |
|  | 100H cad jong/M50-55 (91cm) |  |  |
|  | 110H schol jongens (91cm) | 19u15 | Kogel cad jongens/M70-75 (4kg) |
|  | 110H jun mannen/M35-45 (1m) |  | speer junsen.mas mannen (800g |
|  | 110H sen mannen (1,067m) |  | Hinkstap schol mannen + |
| 19u20 | 100m cad meisjes |  | Mas mannen (7m/9m/11m) |
|  | 100m schol meisjes |  |  |
|  | 100m cad jongens | 19u45 | hoog cad/scho/jsml jongens |
|  | 100m schol jongens |  |  |
|  | 100m jun.sen.mas vrouwen |  |  |
|  | 100m jun.sen.mas mannen | 20u00 | kogel jun mannen/M50-55 (6kg) |
|  | 100m Wheelers gemengd |  | kogel sen.mas mannen (7,26kg) |
| 20u10 | 400m cad meisjes |  | Hinkstap cad/schol meisjes |
|  | 400m schol meisjes |  | speer jun.sen. mas vrouwen |
|  | 400m cad jongens |  | (600gr) |
|  | 400m schol jongens |  |  |
|  | 400m jun.sen.mas vrouwen |  |  |
|  | 400m jun.sen.mas mannen | 20u45 | Hinkstap jun.sen.mas vrouwen |
| 20u45 | 200m wheelers gemengd |  | kogel cad/sch meisjes/W50+(3kg |
| 20u55 | 1500m cad meisjes |  | speer schol jongens/M50-55 |
|  | 1500m schol meisjes |  | (700gr) |
|  | 1500m cad jongens |  |  |
|  | 1500m schol jongens |  |  |
|  | 1500m jun.sen.mas vrouwen |  |  |
|  | 1500m jun.sen.mas mannen | 21u30 | speer cad jongens M60/65 600g) |
| 21u25 | 800m wheelers gemengd |  | Speer M70+ (500g) |
| 21u35 | 2 mijl jun.sen.mas vrouwen |  | Kogel jun.sen.mas vrouwen (4kg) |
|  | 2 mijl jun.sen.mas mannen |  |  |
|  |  |  |  |

Deelname enkel mogelijk mits voorinschrijvigen.

Aanvangshoogten hoogspringen

* Vrouwen 1m25
* Mannen 1m40

Toeschouwers dienen zich te houden aan richtlijnen opgelegd door corona.

In rechte lijn toeschouwers enkel op tribune. Zone tussen tribune en omheining is enkel voor doorgang.

Ook aan de overzijde zone tussen omheining aan start 200m en berghok enkel doorgang.