|  |  |
| --- | --- |
| Atletiekclub VITA - NinoveOPEN PK STEEPLE | Woensdag 11 aug 2021 om 18u30Nummer : 21489 |

# AVONDMEETING / OPEN PK STEEPLE

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **JONGENS / MANNEN** |  | **MEISJES / VROUWEN** |
| cad. | 300H-100m-400m-1000m-1500st  Ver-polsstok-kogel-speer | cad. | 300H-100m-400m-mijl-1500st  polsstok-ver-kogel |
| Schol. | 400H-100m-400m-1000m-2000st  polsstok-speer-kogel | schol. | 400H-100m-400m-mijl-2000st  polsstok-kogel |
| J.S.M. | 400H-100m-200m-400m-1000m-3000st-ver-polsstok-speer- | J.S.M. | 400H-100m-200m-400m-mijl  -3000st-polsstok-speer-kogel-ver |
| Mas | Horden-speer-kogel-steeple | Mas | Horden-speer-kogel |
|  |  |  |  |
| 18u30 | 300H W60/65 (68cm) | 18u30 | Polsstok cad/schol/JSM meisjes |
|  | 300H M70/75 (68cm) |  | Ver cad jongens |
|  | 300H cad meisjes+W50/55 (76c) |  | Kogel cad/schol meisjes (3kg) |
|  | 300H cad jongens+M60/65 (76c |  | Speer schol jongens (700g)+ |
|  | 400H schol meisjes (76cm) |  | Masters M50-55 |
|  | 400H jun.sen.mas vrouwen 76c |  |  |
|  | 400H schol jongens/M50-55 84c |  |  |
|  | 400H jun.sen.man/M35/45 (91c) |  |  |
| 19u10 | 100m cad meisjes | 19u15 | Ver jun.sen.mas mannen |
|  | 100m cad jongens |  | Kogel jun.sen.mas vrouwen (4k) |
|  | 100m schol meisjes |  | Speer cad jongens (600gr) + |
|  | 100m schol jongens |  | M60-65(600g)M70-75(600g) |
|  | 100m jun.sen.mas vrouwen |  | M80+ (400g) |
|  | 100m jun.sen.mas mannen | 19u30 | Polsstok cad/schol jongens |
| 19u45 | 400m cad meisjes |  |  |
|  | 400m schol meisjes | 20u00 | Ver cad meisjes |
|  | 400m cad jongens |  | Speer jun.sen.mas vrouw 600 |
|  | 400m schol jongens |  | Kogel cad jongens (4kg) |
|  | 400m jun.sen.mas vrouwen | 20u30 | Polsstok jun.sen.mas mannen |
|  | 400m jun.sen.mas mannen |  |  |
| 20u20 | 200m jun.sen.mas vrouwen | 20u45 | Speer jun.sen.mas mannen 800g |
|  | 200m jun.sen.mas mannen |  | Kogel schol jongens (5kg) |
| 20u40 | 1500m steeple cad meisjes | 0.76c | ver jun.sen.mas vrouwen |
|  | 1500m steeple cad jongens | 0.76c |  |
| 20u55 | 2000m steeple schol meisjes | 0.76c |  |
|  | 3000m steeple jsm vrouwen | 0.76c |  |
| 21u10 | 2000m steeple schol mannen | 0.84c |  |
|  | 3000m steeple jsm mannen | 0.91c |  |
| 21u20 | 1000m cad meisjes |  |  |
|  | 1000m cad jongens |  |  |
|  | 1000m schol meisjes |  |  |
|  | 1000m schol jongens |  |  |
|  | 1000m Jsv vrouwen |  |  |
|  | 1000m Jsv mannen |  |  |