



Clubkampioenschappen

Zondag 30 september 2012



HEERLEN

ORANJE NASSAUSTRAT 19 · 6411 LE HEERLEN

T (045) 571 20 09

Op zondag 30 september zullen de clubkampioenschappen 2011 worden georganiseerd.

Programma

Voor alle categorieën staat een meerkamp op het programma.

Voor de senioren en A/B junioren is een keuze programma voor een vijfkamp.

100m verplicht en maximaal 1 loopnummer

Maximaal 2 springnummers en maximaal 2 werpnummers.

Voor senioren is er tevens een 800 en 3000m voor de lange afstandslopers.

Wedstrijdprogramma

Aanvang programma 11.00 uur senioren, A-B-C-D junioren

Aanvang programma 13.00 uur pupillen

Inschrijfgeld

Geen

Inschrijving

Alleen voorinschrijving via de formulieren in de kantine of via een email naar info@avonheerlen.nl met vermelding van:

Naam , categorie en geslacht

meerkamp of lange afstand (alleen bij senioren)

Accommodatie

Emma-stadion

Passartweg 35 c

6413 NP Heerlen

Kleed en doucheruimte aanwezig

Programma clubkampioenschappen 30 september

| onderdeel | meisjes pupillen | jongens pupillen | meisjes C/D jun | jongens C/D jun | A/B jun en sen | lange afstand |
|------------------|---------------------|---------------------|--------------------|--------------------|-------------------|---------------|
| sprint 60-80-100 | | | 11.00 | 11.00 | 11.00 | |
| kogelstoten | | | | | 11.30 | |
| discuswerpen | | | 12.30 | 12.30 | | |
| verspringen | | | | | 12.30 | |
| 800m | | | | | | 13.00 |
| sprint 40-60 | 13.15 | | | | | |
| sprint 40-60 | | 13.30 | | | | |
| 110m horden | | | | | 13.40 | |
| verspringen | 13.45 | | | | | |
| speerwerpen | | | 13.50 | 13.50 | 13.50 | |
| verspringen | | 14.00 | | | | |
| hoogspringen | | | | | 14.45 | |
| speer/balwerpen | 14.45 | | | | | |
| speer/balwerpen | | 15.15 | | | | |
| verspringen | | | 15.15 | 15.15 | | |
| 200m/400m | | | | | 15.30 | |
| discuswerpen | | | | | 16.00 | |
| lange afstand | 16.00 | | | | | |
| lange afstand | | 16.10 | | | | |
| lange afstand | | | 16.30 | | | |
| lange afstand | | | | 16.50 | | |
| lange afstand | | | | | 17.00 | |
| 3000m | | | | | | 17.10 |

