

Programma clubkampioenschappen 1 oktober

onderdeel	meisjes pupillen	jongens pupillen	meisjes C/Djunioren	jongens C/Djunioren	A/B jun en senioren	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	
5000m						17.10

juryvergadering		12.00 uur
------------------------	--	------------------

onderdeel		meisjes pupillen
sprint		13.15 uur
verspringen		13.45
speer/balwerpen		14.45
lange afstand		16.00

onderdeel		jongens pupillen
sprint		13.15 uur
verspringen		14.00
speer/balwerpen		15.15
lange afstand		16.10

onderdeel		meisjes junioren
sprint		11.00 uur
discuswerpen		12.30
speerwerpen		13.50
verspringen		15.15
lange afstand		16.30

onderdeel		jongens junioren
sprint		11.00 uur
discuswerpen		12.30
speerwerpen		13.50
verspringen		15.15
lange afstand		16.50

onderdeel		senioren
sprint		11.00 uur
kogelstoten		11.30
verspringen		12.30
110m horden		13.40
speerwerpen		13.50
hoogspringen		14.45
200/400m		15.30
discuswerpen		16.00
lange afstand		17.00

--	--

sprint	40m	60m	80m	100m	200m
categorie meisjes	pup B	MD	MC	dames	dames
	pup C	pup A		MA	MA
				MB	MB
	40m	60m	80m	100m	400m
categorie jongens	pup B	pup A	JD	heren	heren
	pup C			JA	JA
				JB	JB
speerwerpen	400g	500g	600g	700g	800g
categorie meisjes	MD	MC	dames		
			MA		
			MB		
categorie jongens	JD		JC	JB	heren
					JA

verspringen pupillen in afzetvlak van 80 cm laten springen

balwerpen	80-100g	135/155g	180/200g		
categorie meisjes	pup C	pup B	pup A		
categorie jongens	pup C	pup B	pup A		

kogelstoten	2kg	3kg	4kg	5kg	6kg	7,26 kg
categorie meisjes	pup B	MC	MA			
	pup A	MB	dames			
	MD					
categorie jongens	pup B	JD	JC	JB	JA	heren
	pup A					
discuswerpen	0,75kg	1kg	1,5kg	1,75kg	2kg	
categorie meisjes	MD	MC				
		MB				
		MA				
		dames				
categorie jongens		JD	JB	JA	heren	
		JC				
lange afstand	600m	800m	1000m	1500m		
categorie meisjes	MC	dames	pup A			
	MD	MA	pup B			
		MB	pup C			
categorie jongens		JB	JD	heren		
		JC	pup A	JA		
			pup B			
			pup C			