|  |  |
| --- | --- |
| Atletiekclub VITApiste Ninove (Mondo)Nr. 18239 | Zondag 22 april 201814u30 |

# OPEN MEETING

## PROGRAMMA

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **JONGENS / MANNEN** |  | **MEISJES / VROUWEN** |
| cad. | 200h-100m-200m-800mhoog-ver-speer | Cad. | 200h-100m-200m-800mhoog-ver-kogel |
| Schol. | 200h-100m-200m-800m-3000mhoog-speer-kogel | Schol. | 200h-100m-200m-800m-3000mhoog-ver-kogel |
| J.S.M. | 200h-100m-200m-800m-3000m-ver-kogel-speer | J.S.M. | 200h-100m-200m-800m-3000m-hoog-kogel-speer |
| Mas.AC | 200h-kogel-speer4 x100m | Mas.AC | 200h-kogel4 x 100m |

## UURROOSTER

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 14u30 | 200h cad meisjes/W50+ (76cm) | 14u30 | Kogel jun mannen/M50-55 (6kg) |
|  | 200h cad jongens /M60+ (76cm) |  | Kogel sen mannen/M35-45  |
|  | 200h schol meisjes (76cm) |  | speer cad jongens (600gr) |
|  | 200h js vrouwen/W35-45 (76cm) |  | Speer M60-65 (600gr) |
|  | 200h schol jongens/M50-55 (76cm) |  | ver cad meisjes |
|  | 200h js mannen/M35-45 (76cm) |  | Hoog cad jongens |
| 14u55 | 100m cad meisjes |  | Hoog schol jongens |
|  | 100m schol meisjes | 15u15 | ver jun.sen.mas mannen |
| 15u10 | 100m cad jongens |  | Speer js vrouwen (600gr) |
|  | 100m schol jongens |  |  |
|  | 100m jun.sen.mas vrouwen |  | kogel cad meisjes/W55+ (3kg) |
|  | 100m jun.sen.mas mannen |  | kogel schol meisjes |
| 15u30 | 800m cad meisjes | 16u00 | ver cad jongens |
|  | 800m schol meisjes |  | kogel jun.sen.mas vrouwen 4kg |
|  | 800m cad jongens |  | Hoog cad meisjes |
|  | 800m schol jongens |  | Hoog schol meisjes |
| 15u50 | 200m cad meisjes |  | Hoog jun.sen.mas vrouwen |
|  | 200m schol meisjes |  | Speer schol jongens (700gr) |
|  | 200m cad jongens |  | Speer M50-55 (700gr) |
|  | 200m schol jongens | 16u45 | ver schol meisjes |
|  | 200m jun.sen.mas vrouwen |  | speer jsm mannen (800gr) |
|  | 200m jun.sen.mas mannen |  | Speer M35/40/45 (800gr) |
| 16u30 | 800m jun.sen.mas vrouwen |  | kogel schol jongens/M60-65 (5kg |
|  | 800m jun.sen.mas mannen |  | M70/75 (4kg) |
| 16u45 | 3000m schol meisjes |  |  |
|  | 3000m jun.sen.mas vrouwen |  |  |
|  | 3000m schol jongens |  |  |
|  | 3000m jun.sen.mas mannen |  |  |
| 17u10 | 4x100m vrouwen |  |  |
|  | 4x100m mannen |  |  |