

zestiende konXsys lente-jeugdmeerkamp

Meeting nr.

Sportpark De Lenspolder Nieuwpoort donderdag 26/05/2022

Inschrijvingsgeld : € 5 / meerkamp (enkel vóórschrijvingen via atletiek.nu) Gratis toegang

Aanvang meeting kangoeroes-benjamins : 10u (einde 12.30 u)

Programma (set 2) :

Kangoeroes : sprint (1), verspringen (2), stoten (3), aflossing

Benjamins : sprint (1), hoogspringen (2), vortex werpen (3), uithouding

10u30 : discipline 1 voor groep 1, discipline 2 voor groep 2, discipline 3 voor groep 3

11u05 : discipline 2 voor groep 1, discipline 3 voor groep 2, discipline 1 voor groep 3

11u40 : discipline 3 voor groep 1, discipline 1 voor groep 2, discipline 2 voor groep 3

12u15 : einddiscipline

12u30 : slotceremonie

Aanvang Jeugdmeerkamp **Leeuwjtjescriterium** pupillen-miniemen : 13u30

Medailles voor de eerste 3 van elke meerkamp

Programma

	Mannen	Vrouwen
PUP	4K(60-1000-ver-discus)	4K(60-1000-ver-discus)
MIN	5K(80-1000-hoog-ver-speer)	5K(80-1000-hoog-ver-speer)

Volgorde der proeven

13u30	80 m	min V	13u30	ver	pup V
13u45	80 m	min M	13u45	hoog/speer (400gr)	min V (*)
14u00	60 m	pup M	14u15	ver	min M
14u15	60 m	pup V		discus (600gr)	pup M
16u00	1000m	pup M	15u00	ver	pup M
16u15	1000m	pup V	15u15	discus (600gr)	pup V
16u30	1000m	min V		hoog/speer (400gr)	min M (*)
16u45	1000m	min M	15u45	ver	min V

PUPILLEN VROUWEN		PUPILLEN MANNEN		MINIEMEN VROUWEN		MINIEMEN MANNEN	
13u30	ver	14u00	60	13u30	80	13u45	80
14u15	60	14u15	discus	13u45	hoog/speer (*)	14u15	ver
15u15	discus	15u00	ver	15u45	ver	15u15	hoog/speer (*)
16u15	1000	16u00	1000	16u30	1000	16u45	1000

Uur	Loopnummer	Hoog	Ver	Discus	Speer
13u30	80 min V		pup V		
13u45	80 min M	min V (groep 1) (*)			min V (groep 2) (*)
14u00	60 pup M				
14u15	60 pup V		min M	pup M	
15u00			pup M		
15u15		min M (groep 1) (*)		pup V	min M (groep 2) (*)
15u45			min V		
16u00	1000 pup M				
16u15	1000 pup V				
16u30	1000 min V				
16u45	1000 min M				

(*) De groepen miniemen meisjes en jongens worden beiden opgesplitst in 2 groepen op basis van de aanvangshoogte in het hoogspringen. De groep met de laagste aanvangshoogte (groep 1) begint steeds met hoogspringen terwijl de andere groep 2 dan met de speer werpt. Van zodra groep 1 gedaan heeft met hoogspringen, begint groep 2 (met de hoogste aanvangshoogtes) met het hoogspringen terwijl groep 1 dan aan het speerwerpen begint.

Kampnummers pupillen-miniemen: steeds 3 pogingen

Aanvangshoogten hoogspringen: miniemen : 1,05 m (per 5 cm tot 1,25 m, vervolgens per 3 cm).