

Programma

	Mannen	Vrouwen
PUP	4-kamp (60-1000-ver-kogel)	
MIN	5-kamp (80-1000-ver-speer-kogel)	
CAD	8-kamp (100H-hoog-speer-1000)	6-kamp (ver-speer-800m)
SCH	10-kamp (110H-discus-polss-speer-1500)	7-kamp (ver-speer-800)
J/S	10-kamp (110H-discus-polss-speer-1500)	7-kamp (ver-speer-800)
MAS	5-kamp (ver-speer-200m-discus-1500)	

Volgorde der proeven

10u00	110mH(0,99/1,067m)	J/S M	10u00	verspringen	Mas M
10u10	110mH(0,914m)	Sch M	10u45	verspringen	Cad V
10u20	100mH(0,838m)	Cad M		discuswerpen (1,75/2kg)	J/S M
12u15	200m	Mas M	11u00	speerwerpen (800/700/600/500/400gr)	Mas M
13u30	80m	Min M	11u30	discuswerpen (1,5kg)	Sch M
13u45	60m	Pup M	11u45	speerwerpen (500g)	Cad V
14u30	800m	Cad V		hoogspringen	Cad M
14u40	800m	Sch V		verspringen	Sch V
14u45	800m	J/S V		verspringen	J/S V
15u15	1500m	Mas M	12u00	polstokspringen	J/S M
15u30	1000m	Pup M	12u30	verspringen	Pup M
15u45	1000m	Min M	12u30	speerwerpen (400gr)	Min M
16u15	1000m	Cad M	13u30	speerwerpen (500gr)	Sch V
16u30	1500m	J/S M		speerwerpen (600gr)	J/S V
16u45	1500m	Sch M	14u00	verspringen	Min M
				polstokspringen	Sch M
				discuswerpen (2/1,5/1kg)	Mas M
			14u15	kogelstoten (2kg)	Pup M
				speerwerpen (800gr)	J/S M
			15u00	speerwerpen (600gr)	Cad M
				kogelstoten (3,0kg)	Min M
			15u45	speerwerpen (700gr)	Sch M

PUPILLEN MANNEN	MINIEMEN MANNEN
12u30 ver	12u30 speer
13u45 60m	13u30 80m
14u15 kogel	14u00 ver
15u30 1000m	15u00 kogel
	15u45 1000m

's Middags kan ingeschreven worden voor een warm middagmaal aan € 14 p.p. Dit dient te gebeuren vóór 9.15 u ter plaatse doch liefst op voorhand (0485/180.760, eddy.louwie@telenet.be, 'maaltijd meerkamp zondag' in onderwerpbalk mail vermelden). Betaling de dag zelf ter plaatse vóór 9.15 u.

CADETTEN VROUWEN	CADETTEN MANNEN	SCHOLIEREN VROUWEN	SCHOLIEREN MANNEN	JUN/SEN VROUWEN	JUN/SEN MANNEN	MASTERS MANNEN
10u45 ver	10u20 100m H	11u45 ver	10u10 110m H	11u45 ver	10u00 110m H	10u00 ver
11u45 speer	11u45 hoog	13u30 speer	11u30 discus	13u30 speer	10u45 discus	11u00 speer
14u30 800m	15u00 speer	14u40 800m	14u00 polsstok	14u45 800m	12u00 polsstok	12u15 200m
	16u15 1000m		15u45 speer		14u15 speer	14u00 discus
			16u45 1500m		16u30 1500m	15u15 1500m

uur	loopnummer	hoog	ver	polsstok	kogel	speer	discus
10u00	110m H J/S M		Mas M				
10u10	110m H Sch M						
10u20	100m H Cad M						
10u30							
10u45			Cad V				J/S M
11u00						Mas M	
11u15							
11u30							Sch M
11u45		Cad M	Sch V J/S V			Cad V	
12u00				J/S M			
12u05							
12u15	200m Mas M						
12u30			Pup M			Min M	
12u45							
13u30	80m Min M					Sch V J/S V	
13u45	60m Pup M						
14u00			Min M	Sch M			Mas M
14u15					Pup M	J/S M	
14u30	800m Cad V						
14u40	800m Sch V						
14u45	800m J/S V						
15u00					Min M	Cad M	
15u15	1500m Mas M						
15u30	1000m Pup M						
15u45	1000m Min M					Sch M	
16u15	1000m Cad M						
16u30	1500m J/S M						
16u45	1500m Sch M						