

**za 19/06/2010****ACHL****Herentals 13u30****OPEN MEETING****Toegangsgeld:**

GRATIS€

**Inschrijvingsgeld:**

01.25 €/loopnr

01.25 €/kampnr

**Proeven**

CAD

SCH

JUN/SEN

MAS

ALLE CATEG.

**Heren**

200, mijl, 300H, hoog, kogel, hamer

200, mijl, 400H, ver, speer, hamer

200, mijl, 400H, hoog, speer, hamer

hamer

pols

**Dames**

200, mijl, 300H, hoog, kogel, hamer

200, mijl, 400H, ver, speer, hamer

200, mijl, 400H, hoog, speer, hamer

hamer

pols

**Benaderend uurschema**

Uur	Discipline	Categorie	Discipline	Categorie
13u30	300m H (0,762m)	CAD - M		
13u30			hoogspringen	CAD - M
13u30	300m H (0,762m)	CAD - V		
13u30			kogelstoten (3kg)	CAD - V
13u30			verspringen	SCH - M
13u30			hamerslingeren (4kg)	SCH - V
13u30			speerwerpen (800g)	JUN/SEN - M
13u30			hamerslingeren (4kg)	JUN/SEN - V
13u30			hamerslingeren (4kg)	MAS - V
13u30			polsstokspringen (begin 1.80 m)	Alle Categ. - M
13u30			polsstokspringen begin 1.80 m)	Alle Categ. - V
13u40	400m H (0,762m)	SCH - V		
13u40	400m H (0,762m)	JUN/SEN - V		
13u55	400m H (0,840m)	SCH - M		
14u05	400m H (0,914m)	JUN/SEN - M		
14u15	200m	CAD - V		
14u15	200m	SCH - V		
14u15	200m	JUN/SEN - V		
14u30	200m	CAD - M		
14u30			kogelstoten (4kg)	CAD - M
14u30			hamerslingeren (3kg)	CAD - V
14u30	200m	SCH - M		
14u30			speerwerpen (700g)	SCH - M
14u30			verspringen	SCH - V
14u30	200m	JUN/SEN - M		
14u30			hoogspringen	JUN/SEN - V
14u30			hamerslingeren (3kg)	MAS - V
15u15	mijl	CAD - V		
15u15	mijl	SCH - V		
15u15	mijl	JUN/SEN - V		
15u30			hoogspringen	CAD - V
15u30			hamerslingeren (7,260kg)	JUN/SEN - M
15u30			speerwerpen (600g)	JUN/SEN - V
15u30			hamerslingeren (6kg)	MAS - M
15u30			hamerslingeren (7,260kg)	MAS - M
15u30			polsstokspringen (begin 3m)	Alle Categ. - M
15u30			polsstokspringen (begin 3m)	Alle Categ. - V
15u45	mijl	CAD - M		
15u45	mijl	SCH - M		
15u45	mijl	JUN/SEN - M		
16u30			hamerslingeren (4kg)	CAD - M
16u30			hamerslingeren (5kg)	SCH - M
16u30			speerwerpen (600g)	SCH - V
16u30			hoogspringen	JUN/SEN - M
16u30			hamerslingeren (3kg)	MAS - M
16u30			hamerslingeren (4kg)	MAS - M
16u30			hamerslingeren (5kg)	MAS - M