

OPEN PK MEERKAMPEN

FLANDERSCUP MEERKAMP

PUP - MIN - KAD - SCHOL - JUN - SEN

PROGRAMMA

JONGENS / MANNEN

<u>PUP</u>	4 kamp (60-ver-kogel-1000)
<u>MIN</u>	5 kamp (80-1000-ver-kogel-hoog)
<u>KAD</u>	8 kamp (100H-pols-speer-1000)
<u>SCHOL</u>	9 kamp (110H-discus-hoog-speer-1500)
<u>J.S.</u>	10 kamp (110H-discus-polsstok-speer-1500)

MEDAILLES VOOR IEDEREEN

MEISJES / VROUWEN

<u>PUP</u>	4 kamp (60-ver-kogel-1000)
<u>MIN</u>	5 kamp (80-1000-hoog-ver-kogel))
<u>KAD</u>	6 kamp (ver-speer-800)
<u>SCHOL</u>	7 kamp (ver-speer-800)
<u>J.S.</u>	7 kamp (ver-speer-800)

MASTERS die deelnemen aan de 10 Kamp dienen deel te nemen als Sen (dwz gewichten tuigen en hoogte horden van de SEN)

TIJDSHEMA

<u>10u00</u>	110m H schol jongens (91 cm)	<u>10u00</u>	ver schol meisjes
<u>10u30</u>	110m H jun mannen (100 cm)	<u>10u20</u>	discus schol jongens (1,5 kg)
	110m H sen mannen (106 cm)	<u>11u00</u>	ver JS vrouwen
<u>11u00</u>	100m H kad jongens (91 cm)	<u>11u10</u>	discus jun mannen (1,75 kg)
			discus sen/mas mannen (2 kg)
			hoog schol jongens
		<u>11u30</u>	polsstok kad jongens
		<u>12u00</u>	ver kad meisjes
			speer schol meisjes (600 gr)
		<u>13u00</u>	speer JS vrouwen (600 gr)
<u>14u00</u>	60m pup meisjes	<u>14u00</u>	kogel min meisjes
	60m pup jongens		hoog min jongens
			speer kad meisjes (500 gr)
<u>14u45</u>	80m min meisjes	<u>14u20</u>	ver pup meisjes
<u>15u00</u>	800m schol meisjes	<u>14u30</u>	polsstok JS mannen
<u>15u30</u>	800m JS vrouwen	<u>14u50</u>	kogel pup jongens (2 kg)
<u>15u45</u>	800m kad meisjes		speer schol jongens (700 gr)
<u>16u00</u>	80m min jongens	<u>15u10</u>	ver min meisjes
<u>16u40</u>	1500 schol jongens	<u>15u40</u>	speer kad jongens (600 gr)
<u>17u00</u>	1000m kad jongens		kogel pup meisjes (2 kg)
<u>17u15</u>	1000m pup meisjes	<u>16u00</u>	hoog min meisjes
	1000m pup jongens		ver pup jongens
<u>17u40</u>	1000m min meisjes	<u>16u20</u>	kogel min jongens (3 kg)
	1000m min jongens	<u>16u45</u>	speer JS mannen (800 gr)
<u>18u00</u>	1500m JS mannen	<u>17u00</u>	ver min jongens