

# PROVINCIALE KAMPIOENSCHAPPEN

## AFLOSSING

### PROGRAMMA

<u>JONGENS / MANNEN</u>		<u>MEISJES / VROUWEN</u>	
<u>ben</u>	4x60 - 3x600	<u>ben</u>	4x60 - 3x600
<u>pup</u>	4x60 - 3x600	<u>pup</u>	4x60 - 3x600
<u>min</u>	4x80 - 3x600	<u>min</u>	4x80 - 3x600
<u>kad.</u>	4x100 - 4x800	<u>kad.</u>	4x100 - 4x800
<u>schol.</u>	4x100 - 4x800	<u>schol.</u>	4x100 - 4x800
<u>jun</u>	4x100 - 4x400 - 4x1500	<u>jun.</u>	4x100 - 4x800
<u>alle cat</u>	4x100-4x200-4x400-4x800-4x1500	<u>alle cat</u>	4x100 - 4x200 - 4x400 - 4x800
<u>mas</u>	4x100-4x200-4x400-4x800-4x1500	<u>mas</u>	4x100 - 4x200 - 4x400 - 4x800

### UURROOSTER

<u>13u00</u>	4 x 100m	AC VROUWEN
	4 x 100m	AC MANNEN
<u>13u30</u>	4 x 80m	MIN MEISJES
	4 x 80m	MIN JONGENS
<u>14u00</u>	4 x 60m	PUP MEISJES
	4 x 60m	PUP JONGENS
<u>14u25</u>	4 x 60m	BEN MEISJES
	4 x 60m	BEN JONGENS
<u>14u50</u>	4 x 100m	KAD MEISJES
	4 x 100m	SCH MEISJES
<u>15u10</u>	4 x 100m	KAD JONGENS
	4 x 100m	SCH JONGENS
<u>15u30</u>	4 x 800m	AC VROUWEN
	4 x 800m	SCH MEISJES
	4 x 800m	KAD MEISJES
<u>15u50</u>	4 x 800m	AC MANNEN
	4 x 800m	SCH JONGENS
	4 x 800m	KAD JONGENS
<u>16u10</u>	4 x 200m	AC VROUWEN
	4 x 200m	AC MANNEN
<u>16u30</u>	3 x 600m	MIN MEISJES
	3 x 600m	MIN JONGENS
<u>16u55</u>	3 x 600m	PUP MEISJES
	3 x 600m	PUP JONGENS
<u>17u15</u>	3 x 600m	BEN MEISJES
	3 x 600m	BEN JONGENS
<u>17u40</u>	4 x 400m	AC VROUWEN
	4 x 400m	AC MANNEN
<u>17u55</u>	4 x 1500m	AC MANNEN

De juniors-en de mastersploegen dienen hun aflossingen te lopen met de aflossingswedstrijden voor alle categorieën.  
Iedereen mag deelnemen aan twee aflossingswedstrijden,  
Elke club mag per wedstrijd verschillende ploegen inschrijven. De B ploeg wordt als de minst sterkste beschouwd.