

CHRONOLOGISCH OVERZICHT

ATLETIEKVERENIGING START'78

XALOS COFFEES trainingspakkenwedstrijd



Datum zaterdag 1 april 2017
 Terrein Atletiekaccommodatie Oerthebaan, Middenweg 22 te Steenwijk.
 Telefoon kantine 0521-516853

Junioeren D en Junioeren C

				VER	HOOG
10,00 uur	60m	MD	3s	11,00 uur JD	10,00 uur JC
10,25 uur	80m	MC	2s	11,50 uur MD	10,45 uur MC
10,45 uur	80m	JD	2s	KOGEL	
11,00 uur	100m	JC	2s	12,05 uur JC	SPEER
11,30 uur	Finale 60m	MD	1s	12,50 uur MC	10,20 uur MD
11,40 uur	Finale 80m	MC	1s		11,50 uur JD
11,45 uur	Finale 80m	JD	1s	DISCUS	
12,00 uur	Finale 100m	JC	1s	10,00 uur JD	
12,45 uur	1000m	MD/MC	1s	11,10 uur JC	
12,50 uur	1000m	JD/JC	1s	12,00 uur MC	
				12,50 uur MD	

Junoren A/B, Senioren, Masters

13.30 uur	100m	MB	1s	VER		
13.35 uur	100m	V	1s	13,30 uur	JB/M/Mma	
13.40 uur	100m	Vma	1s	15.45 uur	MB/V/Vma	
13.55 uur	100m	JB/Mma	1s			
14.00 uur	100m	M	2s	KOGEL		
14.35 uur	800m	MB/Vma/JB/JA/M/Mma	1s	13.50 uur	V/Vma	
14.55 uur	100m	M fin	1s	14.45 uur	MB/MA	
15.30 uur	300m	MB/V/Vma	1s	16.10 uur	JB/JA/M/Mma	
15.40 uur	300m	JB/Mma	1s			
15.50 uur	300m	M	2s	DISCUS		
16.15 uur	3000m	alle cat.		14.10 uur	JB/JA/M/Mma	
16.35 uur	5000m	alle cat.		15.50 uur	MB/MA/V/Vma	
				HOOG		
				13.40 uur	MB	
				14.45 uur	V/Vma	
				15.30 uur	JB/JA/Mma	

NB: Atleten met een beperking: Alleen staand werpen! (De organisatie beschikt niet over een geschikte werp-accommodatie voor zittend werpen)

N.B. ->

- ~ Aantal pogingen op een technisch onderdeel: m.u.v. bij het hoogspringen krijgt elke atleet drie pogingen, de **beste 8 atleten** krijgen nog eens drie pogingen.
- ~ De looponderdelen, m.u.v. de sprintonderdelen t/m 100m zijn series op tijd. Voor de finales sprint t/m 100m komen maximaal 6 atleten in aanmerking en wel de nummers 1 van de series aangevuld met de benodigde tijdsnelsten. Bij minder dan zeven deelnemers per categorie geldt de serie als finale.
- ~ Alleen voor de 3000m en 5000m is na-inschrijving mogelijk tot een half uur voor aanvang van het onderdeel! De snelste serie start als laatste.
 Bij voor-(cq. na-) inschrijving dient u uw mogelijk te lopen tijd op te geven i.v.m. serie-indeling.
 Is er geen tijd opgegeven, dan wordt u ingedeeld in de langzaamste serie!!!