



ATLETIEKVERENIGING START '78



organiseert de

Running Center Loopavond op de baan (tevens kogel en discus)

op vrijdag 5 juli 2019 voor senioren / masters / junioren - ABCD

- Terrein: Kunststofbaan aan de Middenweg 22 te STEENWIJK
- Programma:
- | | |
|--------------------------|-------------------------------|
| Vrouwen/Mannen/A-jun.: | 150m - 300m - 1 mijl - 10000m |
| Junioren - B/C/D: | 150m - 300m - 1 mijl |
| Vrouwen/Mannen/Junioren: | Kogelstoten - Discuswerpen |
- Voorlopig tijdschema:
- | | | |
|--------|--------|--|
| 19.00: | 150m | |
| 19.00: | Discus | Mannen / Mannen Masters / Jongens Junioren |
| 19.00: | Kogel | Vrouwen / Vrouwen Masters / Meisjes Junioren |
| 19.30: | 1 mijl | # |
| 20.00: | 300m | |
| 20.00: | Discus | Vrouwen / Vrouwen Masters / Meisjes Junioren |
| 20.00: | Kogel | Mannen / Mannen Masters / Jongens Junioren |
| 20.30: | 10000m | # |
- indeling series: Op basis van opgegeven tijd en niet op leeftijd / geslacht!
- # Bij meer dan 18 deelnemers wordt er in 2 series gelopen, waarbij de langzaamste serie als **eerste** loopt.
- Electronische tijdwaarneming + optische meting bij discus**
- NB** Bij kogel en discus is het aantal pogingen afhankelijk van de deelname
- Geen prijzen, wel een verloting op startnummer.
- Inschrijven: Uiterlijk tot en met dinsdag 2 juli 2019 via www.atletiek.nu
- Na-inschrijving: Tot 1 uur vóór aanvang onderdeel, (€ 1.00 per onderdeel extra).
- Inschrijfgeld: € 3.00 per onderdeel, overmaken op NL65 RABO 0322 0310 28 t.n.v. av Start '78 te Oldemarkt.
- Inlichtingen: Annie Nijmeijer Tel: 06 12 75 22 82
E-mail: annie-start78@hotmail.com