

PROVINCIALE KAMPIOENSCHAPPEN A.C. TONGEREN - ATLETIEK DE DEMER ZONDAG 24 APRIL 2022 AANVANG 13u00					
Organisatie: ADD en PC Limburg			ADD@atletiek.be		
Verantwoordelijke: Ilse Bruninx					
Inkom: € 3,00			Inschrijvingsgeld: € 3,00/nummer		
Ten laatste 30' voor aanvang v/h nummer op schema aanmelden					
Maximum 2 proeven per atleet			M = manne V = vrouwen		
Loopnummers			Kampnummers		
Uur	Discipline		Uur	Discipline	
13u00	300m H	CAD M	13u00	polstok	VROUWEN
	400m H	SCH M		hoog	CAD/SCHOL V
	400m H	JUN M		ver	CAD M
	400m H	SEN M		speer	JUN/SEN M
13u30	100m reeksen	CAD V			
	100m reeksen	SCH V			
	100m reeksen	JUN V	13u45	ver	JUN/SEN M
	100m reeksen	SEN V		speer	SCHOL M
14u00	100m H RF	CAD M			
	110m H RF	SCH M			
	110m H RF	JUN M	14u30	polstok	HEREN
	110m H RF	SEN M		hoog	JUN/SEN V
14u45	800m	CAD V		speer	CAD M
	800m	SCH V		ver	SCHOL M
	800m	JUN/SEN V			
15u15	100m finale	CAD V			
	100m finale	SCH V	15u15	hss	CAD/SCHOL
	100m finale	JUN V			JUN/SEN M
	100m finale	SEN V		discus	CAD V
15u45	400m	CAD M		kogel	JUN/SEN V
	400m	SCH M			
	400m	JUN M			
	400m	SEN M	16u00	discus	JUN/SEN V
16u15	1500m	CAD M		kogel	SCHOL V
	1500m	SCH M			
	1500m	JUN M			
	1500m	SEN M			
16u30	200m RF	CAD V			
	200m RF	SCH V	16u45	discus	SCHOL V
	200m RF	JUN V		kogel	CAD V
	200m RF	SEN V			
17u00	3000m	SCH M			
	5000m	JUN/SEN M			

- * 200m zijn rechtstreekse finales
- * indien niet voldoende atleten, worden de finales gelopen op het tijdstip v/d reeksen
- * iedereen neemt deel in zijn eigen categorie. Masters nemen deel als senior
- * podiahuldes : 14u45 - 16u00 - einde van de wedstrijd