

Uurschema jeugdmeeting ADD Diepenbeek

6 juni 2022

Opgelet: voorinschrijving via atletiek.nu is verplicht !



12.00	Opwarming	
12.30	Rotatie 1: KAN (sprint - verspringen - stoten) + BEN (sprint - hoog - vortex)	
13.05	Rotatie 2: KAN (verspringen - stoten - sprint) + BEN (hoog - vortex - sprint)	
13.40	Rotatie 3: KAN (stoten - sprint - verspringen) + BEN (vortex - sprint - hoog)	
14u15	Einddiscipline	
14u30	Slotceremonie	
15u	80H min h 60H min d	hoog pup d hockey pup h
15u40	60H pup h 60H pup d	ver min d kogel min h
16u20	80 min d 80 min h	hoog pup h hockey pup d
17u	60 pup d 60 pup h	ver min h kogel min d
17u30	1000 pup d 1000 pup h 1000 min d 1000 min h	