

Avondwedstrijd 9 mei 2019

Juryvergadering: 18:00 uur

Materiaalkeuring: 18:00 uur en 19:15 uur

tijd	loop-onderdelen	verspringen	Hoogspringen	kogelstoten	speerwerpen	Polstok	tijd
		1	1	1	1	hoogspringen	
18:00							18:00
18:05						inspringen	18:05
18:10							18:10
18:15		inspringen	inspringen	instoten	inwerpen		18:15
18:20							18:20
18:25							18:25
18:30	100 m	Blok 1	Aanvangs-	Blok 1	Blok 1		18:30
18:35	series op tijd	4 pog	hoogte: 1,40 m	4 pog	4 pog	alle cat.	18:35
18:40	JJC, JB, JA, Sen,	max. 15 atl	max. 6 atl.	max. 15 atl	max. 15 atl	max. 15 atl.	18:40
18:45	masters	alle cat.		alle cat.	alle cat.		18:45
18:50							18:50
18:55							18:55
19:00	80 m						19:00
19:05	serie op tijd						19:05
19:10	JJD, MJC						19:10
19:15							19:15
19:20		inspringen		instoten	inwerpen		19:20
19:25							19:25
19:30							19:30
19:35	60 m	Blok 2		Blok 2	Blok 2		19:35
19:40	series op tijd	4 pog		4 pog	4 pog		19:40
19:45	MD	max. 15 atl		max. 15 atl	max. 15 atl		19:45
19:50		alle cat.		alle cat.	alle cat.		19:50
19:55							19:55
20:00	800 m						20:00
20:05	series op tijd						20:05
20:10	alle cat.						20:10
20:15							20:15
20:20							20:20
20:25		inspringen		instoten	inwerpen		20:25
20:30							20:30
20:35							20:35
20:40		Blok 3		Blok 3	Blok 3		20:40
20:45		4 pog		4 pog	4 pog		20:45
20:50	200 m	max. 15 atl		max. 15 atl	max. 15 atl		20:50
20:55	series op tijd	alle cat.		alle cat.	alle cat.		20:55
21:00	alle cat.						21:00
21:05							21:05
21:10							21:10
21:15	3000 m						21:15
21:20	JC, JB, JA, Sen,						21:20
21:25	masters						21:25
21:30							21:30
21:35							21:35
21:40							21:40
21:45							21:45
21:50							21:50
21:55							21:55
22:00							22:00
22:05							22:05
22:10							22:10
22:15							22:15
22:20							22:20
22:25							22:25

Looponderdelen:

- Serie-indeling op tijd, snelste atleten in de eerste serie, mannen en vrouwen gemengd;
- Senioren-valse-start-regel voor JJC en masters;
- Vermeld RICHTTIJDEN i.v.m. serie-indeling op tijd, geen tijd is automatisch plaatsing in de langzaamste serie;

Technische onderdelen:

- Speer | Kogel | Ver: allen 4 pogingen;
- Hoogspringen: aanvangshoogte 1,40 m verder met 0,05 m t/m 1,75 m daarna verder met 0,03 m
- Polstokhoogspringen (afhankelijk van de inschrijvingen mogelijk een 2e inspringmoment)
- Is een startgroep vol? Dan een andere startgroep kiezen. Er kunnen geen atleten toegevoegd worden aan een volle startgroep

Let op: onbetaalde inschrijvingen worden verwijderd.