

Chronologisch overzicht competitie Senioren 1e divisie poule 2 wedstrijd 3



zondag 16 juni 2019
 SPRINT Breda
 Dr. Schaepmanlaan 4,
 4837 BW Breda

Vergaderingen hoofdingang trap op, 1^e links

10:30 Kogelslingeren en polsstokhoog
11:00 Juryvergadering
11:15 Ploegleiders vergadering

Achter clubhuis **keuring werpmateriaal**

10:00
11:30
14:00

Mannen		Vrouwen	
11:45	Polstokhoogspringen	11:00	Kogelslingeren groep 1 - 4kg
12:00	110m Horden - 106,7cm	11:55	Kogelslingeren groep 2 - 4kg
12:30	Kogelstoten groep 1 - 7,25kg	12:15	Hinkstapspringen groep 1
12:45	3000m SC	12:25	100m Horden - 83,8cm
12:45	Hoogspringen (mat 2) groep 1	13:00	Hoogspringen (mat 1) groep 1
13:05	100m	13:10	Hinkstapspringen groep 2
13:25	Kogelstoten groep 2 - 7,25kg	13:20	100m
13:30	Discuswerpen groep 1 - 2kg	13:55	400m
13:40	400m	14:25	800m
14:15	800m	14:30	Kogelstoten groep 1 - 4kg
14:15	Verspringen groep 1	14:30	Polstokhoogspringen
14:30	Discuswerpen groep 2 - 2kg	14:45	Hoogspringen (mat 1) groep 2
14:30	Hoogspringen (mat 2) groep 2	14:55	400m Horden - 76,2cm
14:40	400m H - 91,4cm	15:10	Kogelstoten groep 2 - 4kg
15:10	200m	15:25	200m
15:45	Verspringen groep 2	16:20	3000m
15:50	5000m	16:55	Zweedse Estafette
16:45	Zweedse Estafette		

Aanvangs- en vervolhoogten:

Hoogspringen Vrouwen: 130 - 135 - 140 en daarna verder met + 5 cm.

Hoogspringen Mannen: 150 - 155 - 160 en daarna verder met + 5 cm.

Polstokhoogspringen Vrouwen: 200 - 210 - 220 en daarna verder met +10 cm.

Polstokhoogspringen Mannen: 220 - 230 - 240 en daarna verder met +10 cm.

De technische onderdelen zijn gesplitst in twee groepen, behalve polsstokhoogspringen.
 Van elke ploeg maximaal één atleet per startgroep (zie uitnodiging).

Graag tijdig melden zodat er 15 minuten inspring- / inwerptijd is voor aanvang onderdeel.
 Inspringen polsstokhoogspringen start 30 minuten voor aanvang onderdeel.
 I.v.m. veiligheid alleen inspringen/inwerpen bij het onderdeel, onder toezicht juryleden.

