

PROVINCIALE KAMPIOENSCHAPPEN A.C. TONGEREN - ATLETIEK DE DEMER ZATERDAG 23 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 V	13u00	hoog	CAD/SCHOL M
	400m H	SCH V		ver	CAD V
	400m H	JUN V		speer	JUN/SEN V
	400m H	SEN V			
13u30	100m reeksen	CAD M			
	100m reeksen	SCH M	13u45	ver	JUN/SEN V
	100m reeksen	JUN M		speer	SCHOL V
	100m reeksen	SEN M			
14u00	80m H RF	CAD V			
	100m H RF	SCH V			
	100m H RF	JUN V	14u30	hoog	JUN/SEN M
	100m H RF	SEN V		speer	CAD V
14u45	800m	CAD M		ver	SCHOL V
	800m	SCH M			
	800m	JUN/SEN M			
15u15	100m finale	CAD M			
	100m finale	SCH M	15u15	hss	CAD/SCHOL
	100m finale	JUN M			JUN/SEN V
	100m finale	SEN M		discus	CAD M
15u45	400m	CAD V		kogel	JUN/SEN M
	400m	SCH V			
	400m	JUN V			
	400m	SEN V	16u00	discus	JUN/SEN M
16u15	1500m	CAD V		kogel	SCHOL M
	1500m	SCH V			
	1500m	JUN V			
	1500m	SEN V			
16u30	200m RF	CAD M			
	200m RF	SCH M	16u45	discus	SCHOL M
	200m RF	JUN M		kogel	CAD M
	200m RF	SEN M			
17u00	3000m	CAD/SCHOL V			
	3000m	JUN/SEN V			

- * 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