



Koninklijke Atletiekclub Kapellen



## Zondag 19 mei 2019 - Beker van Vlaanderen mannen - 2e Landelijke A

**Aanvang meeting :** 14.00 uur

**Deelnemende clubs :** ARAC - ATAC - ZWAT - ABES - RAM - ACA - GENK - AVZK - ACKO - BRAB - LIER - KAPE

**Programma :**

100 - 200 - 400 - 800 - 1500 - 3000 - 5000 - 400 H - 4 x 100 - 4 x 400 - hoog - ver - hinkstap - kogel - discus - speer

**Tijdschema :**

14.00 uur	400 H	hinkstap	hoog	kogel	speer
14.15	400				
14.30	100				
14.45	800				
15.00	1500				
15.15	3000	ver		discus	
15.30	5000				
15.50	200				
16.30	4 x 100				
16.45	4 x 400				

KAPE heet iedereen hartelijk welkom op deze interclub en wenst alle atleten veel succes !