

PROVINCIALE INDOORKAMPIOENSCHAPPEN ANTWERPEN en VLAAMS-BRABANT

zondag 05 januari 2020

DEFINITIEVE UURROOSTER**PROGRAMMA**

	HEREN		DAMES
Cad	60-200-400-800-60H hinkstap-hoog-kogel-polsstok-ver		60-200-400-800-60H hinkstap-hoog-kogel-polsstok-ver
Sch	60-200-400-800-60H hinkstap-hoog-kogel-polsstok-ver		60-200-400-800-60H hinkstap-hoog-kogel-polsstok-ver
Jun	60-200-400-800-1500-60H hinkstap-hoog-kogel-polsstok-ver		60-200-400-800-1500-60H hinkstap-hoog-kogel-polsstok-ver
Sen	60-200-400-800-1500-60H hinkstap-hoog-kogel-polsstok-ver		60-200-400-800-1500-60H hinkstap-hoog-kogel-polsstok-ver

UURSCHEMA

09u45	60	R	CAD	dames	09u30	hinkstap	CAD/SCH	heren
	60	R	SCH	dames	09u30	kogel	CAD	dames
10u15	60	R	JUN	dames				
	60	R	SEN	dames	09u40	hoog	CAD	dames
10u30	60	R	CAD	heren	09u40	polsstok	CAD/SCH	dames
	60	R	SCH	heren				
11u15	60	R	JUN	heren	10u15	hinkstap	CAD/ SCH	dames
	60	R	SEN	heren				
					11u15	hinkstap	JUN/SEN	dames
12u00	60	F-Antw.	CAD	dames	11u00	kogel	SCH	dames
	60	F-VI.Br	CAD	dames	11u00	hoog	SCH	dames
	60	F-Antw.	SCH	dames				
	60	F-VI.Br	SCH	dames	12u00	polsstok	JUN/SEN	dames
	60	F-Antw.	JUN	dames	12u00	kogel	JUN	dames
	60	F-VI.Br	JUN	dames				
	60	F-Antw.	SEN	dames	12u15	hinkstap	JUN/SEN	heren
	60	F-VI.Br	SEN	dames				
12u25	60	F-Antw.	CAD	heren	12u30	hoog	JUN/SEN	dames
	60	F-VI.Br	CAD	heren				
	60	F-Antw.	SCH	heren				
	60	F-VI.Br	SCH	heren				
	60	F-Antw.	JUN	heren				
	60	F-VI.Br	JUN	heren				
	60	F-Antw.	SEN	heren				
	60	F-VI.Br	SEN	heren				
13u15	200	RF	CAD	dames	13u00	polsstok	CAD	heren
	200	RF	SCH	dames				
14u20	200	RF	JUN	dames	13u15	ver	CAD	heren
	200	RF	SEN	dames				
14u45	200	RF	CAD	heren	13u20	kogel	SEN	dames
	200	RF	SCH	heren				
15u25	200	RF	JUN	heren	14u20	kogel	CAD	heren
	200	RF	SEN	heren				
					14u30	hoog	CAD/SCH	heren
16u00	60H	RF	CAD	dames	14u45	ver	SCH	heren
	60H	RF	SCH	dames				
16u25	60H	RF	JUN	dames	15u30	polsstok	SCH/JUN/SEN	heren
	60H	RF	SEN	dames				
16u40	60H	RF	CAD	heren	16u00	ver	JUN/SEN	heren
	60H	RF	SCH	heren				

16u50	60H	RF	JUN	heren	16u00	kogel	SCH	heren
	60H	RF	SEN	heren				
17u00	400	RF	CAD	dames	17u10	hoog	JUN/SEN	heren
	400	RF	SCH	dames	17u20	ver	CAD	dames
17u20	400	RF	JUN	dames	17u30	kogel	JUN	heren
	400	RF	SEN	dames	18u00	kogel	SEN	heren
17u40	400	RF	CAD	heren	18u30	ver	SCH	dames
	400	RF	SCH	heren				
18u10	400	RF	JUN	heren	19u30	ver	JUN/SEN	dames
	400	RF	SEN	heren				
18u30	800	RF	CAD	dames				
	800	RF	SCH	dames				
18u50	800	RF	JUN	dames				
	800	RF	SEN	dames				
19u10	800	RF	CAD	heren				
	800	RF	SCH	heren				
19u30	800	RF	JUN	heren				
	800	RF	SEN	heren				
20u00	1500	RF	JUN	dames				
	1500	RF	SEN	dames				
20u15	1500	RF	JUN	heren				
	1500	RF	SEN	heren				

MAXIMUM 2 proeven per atleet

hinkstap, kogel en ver: 3 pogingen. Voor de 8 besten per categorie: + 1 poging.

inschrijvingsgeld: wordt per club betaald aan PC

inkom: 5 euro