

Snoepzakkenmeeting en open PK 10.000 meter zaterdag 8 juli 2017

Leuke meeting op de gezellige piste in Essen

Heerlijke snoepzak voor elke deelnemer!

Deelname: € 1,50 per nummer



Exellent
www.electro-javado.be
Stationsstraat 119
2910 Essen
Tel : 03 667 41 24
HIER IS UW VAKMAN INBEGREPEN



SPORTINFRABOUW
WWW.SPORTINFRABOUW.BE



RUNNING
Center
Roosendaal



HEGA
SCHRIJN- & DAKTimmerwerken
Baan 19 - 2990 Wuustwezel
03 669 80 72
BVBA



**BROODJES
& KOFFIE**
Trapke Op
www.trapkeop.be
Handelsstraat 12 en Spijker 81, Essen - +32 3 677 17 67

Vergelijkingstabel met Nederlandse categorieën

België

Cadetten (CAD)
Scholieren (SCHOL)
Junioren (JUN)
Senioren (SEN)
Masters (MAS)

Nederland

Junioren C
Junioren B
Junioren A
Seinioren
Masters

Open meeting

CADH	300H	200	Mijl	Ver	Kogel	Discus
CADD	300H	200	Mijl	Ver	Kogel	Discus
SCHH	400H	200	Mijl	Ver	Kogel	Discus
SCHD	400H	200	Mijl	Ver	Kogel	Discus
JSH	400H	200	Mijl	Ver	Kogel	Discus
JSD	400H	200	Mijl	Ver	Kogel	Discus
AC H	Zw. estafette	10.000				
AC D	Zw. estafette	10.000				

17u00	300H CADD 400H SCHD 400h JSD				Kogel CADH	Discus JSH
17u30					Kogel SCHH	
17u45	300H CADH 400H SCHH 400h JSH			Ver SCHD Ver JSD Ver CADD		Discus CADH
18u00			Mijl CADD Mijl SCHD Mijl JSD		Kogel JSH	
18u15			Mijl CADH Mijl SCHH Mijl JSMH			Discus SCHH
18u30		200 CADD 200 SCHOLD 200 JSD		Ver JSH		
18u45					Kogel JSD	Discus SCHD Discus CADD
19u00		200 CADH 200 SCHOLH 200 JSH				
19u15				Ver CADH Ver SCHH		
19u30		Zw. Est. AC D Zw. Est. AC H			Kogel CADD Kogel SCHD	Discus JSD
20u15			10000 AC D 10000 AC H			

Belangrijk bericht voor de 10.000 meter:

Het wedstrijdreglement voorziet de mogelijkheid om een gemengde wedstrijd te laten lopen op voorwaarde dat er bij één van de categorieën minder dan 7 deelnemers starten. Door deze reglementering zijn we dus ook verplicht de wedstrijden afzonderlijk op te nemen in het uurrooster. Indien er minder dan 7 dames aan de start staan zullen de vrouwen met de mannen meelopen en zal de dameswedstrijd iets later van start gaan en de wedstrijd voor de heren iets vroeger (deze zou normaal starten direct na de aankomst van de laatste dame)

Algemene opmerkingen:

Masters mogen ten allen tijden meedoen met de junioren en senioren. Zij werpen met dezelfde gewichten als de senioren

Een zweedse estafette wordt gelopen door 4 atleten.

De eerste atleet loopt 400 meter, de volgende 300, de derde 200 meter en de laatste mag afsluiten met 100m