



KKS-Kortrijk

Zaterdag 22 juni 2019

16de Grote Prijs Paul Vanwalleghem

Polstokspeciaal - Nationaal criterium 150m

Kunstwerkje voor elk podium PSS

Meetingnr: 19384

Uurrooster is niet binnend, kan aangepast worden naargelang aantal atleten!!!

Nationaal criterium 150m

Reeksen worden opgemaakt adhv prestaties op 100 - 200m (puntentabel IAAF) en 150m

=> wie niet vooraf is ingeschreven komt in de laatste (=traagste) reeksen

Finales : beste 6 tijden over alle reeksen plaatsen zich voor de finale

Proef opgenomen in Jeugd criterium

1 Finale Jun mannen- 1 Finale Sen mannen

1 gezamenlijke Finale Jun/Sen vrouwen

			13u00	ver	Cad/Schol/JS	vrouwen		
			13u00	kogel	Cad	mannen	4kg	
			13u30	PSS -groep 1	AC:starthoogte 3m20	vrouwen-mannen		
14:00	4*100m	mannen AC						
	4*100m	vrouwen AC						
				begin wisselzone: gele pijl				
				einde wisselzone : gele pijl				
14u15	150m	vrouwen Cad/Schol	14u30	kogel	Jun/Sen	mannen	6kg - 7,26kg	
	150m Reeksen	vrouwen Jun/Sen	14u45	ver	Cad/Schol	mannen		
	150m	mannen Cad/Schol						
	150m Reeksen	mannen Jun/Sen						
15u30	800m	mannen Jun/Sen	15:00	hoog	Cad/Schol/JS	mannen		
	800m	mannen Cad/Schol	15u15	kogel	Cad/Schol	vrouwen	3kg	
	800m	vrouwen Jun/Sen	16u00*	PSS - groep2	AC:starthoogte 2m	vrouwen-mannen		
	800m	vrouwen Cad/Schol	16u30	kogel	Schol	mannen		
16u15	150m Finale	vrouwen Jun/Sen	16u30	ver	Jun/Sen	mannen		
	150m Finale	mannen Sen						
	150m Finale	mannen Jun						
			* PSS-groep1 met starthoogte 3m20 start om 13u30					
			PSS-groep2 met starthoogte 2m start vanaf 16u met min 45 min na einde groe					
16u30	400m	vrouwen Cad/Schol						
	400m	vrouwen Jun/Sen						
	400m	mannen Cad/Schol						
	400m	mannen Jun/Sen						
16u45	3000m	mannen Jun/Sen						
	3000m	vrouwen Jun/Sen						
Inschrijving /Aanmelding 150m : 1 uur voor aanvang nummer			Ver		Kogel			
Inschrijvingsgeld : 2,00 euro/nummer			Ver AC	vrouwen	Cad/Schol vrouwen : 3kg			
Aflossingen : gratis			ver cad/schol	mannen	Cad mannen : 4kg			
			Ver Jun/Sen	mannen	Jun mannen : 6kg			
					Sen mannen : 7,2kg			
					Schol mannen : 5kg			

