PROVINCIALE KAMPIOENSCHAPPEN ALLE CAT.

LANAKEN 25-26 april 2009

Inschrijfgeld : 1.50€ per nummer
jun-sen : 2€ per nummer
Max. 2 nummers per dag per atleet

INSCHRIJVEN TEN LAATSTE 30' voor aanvang v/h nummer op schema

DAG 1: 25 april

13h00	300m horden cad dames
	400m horden sch dames
	400m horden jun dames
	400m horden sen dames
13h30	100m reeksen cad heren
	100m reeksen sch heren
	100m reeksen jun heren
	100m reeksen sen heren
14h00	80m horden cad dames
	100m horden sch dames
	100m horden jun dames
	100m horden sen dames
14h45	800m cad heren
	800m sch heren
	800m jun/sen heren
15h15	100m finale cad heren
	100m finale sch heren
	100m finale jun heren
	100m finale sen heren
15h45	400m cad dames
	400m sch dames
	400m jun dames
	400m sen dames
16h15	200m reeksen cad heren
	200m reeksen sch heren
	200m reeksen jun heren
	200m reeksen sen heren
16h45	1500m cad dames
	1500m sch dames
	1500m jun dames
	1500m sen dames
17h15	200m cad heren finale
	200m sch heren finale
	200m jun heren finale
	200m sen heren finale
17h30	3000m sch dames
	3000m jun/sen dames

13h00	ver cad dames
	speer jun/sen dames
	hoog sch heren
13h45	ver jun/sen dames
	speer sch dames
	hoog cad heren
14h30	ver sch dames
	discus jun/sen heren
	hoog jun/sen heren
15h15	HSS cad dames
	discus cad heren
	kogel jun/sen heren
16h00	HSS jun/sen dames
	speer cad dames
	kogel sch heren
16H45	HSS sch dames
	discus sch heren
	kogel cad heren

* Indien er niet voldoende atleten zijn, worden de finales gelopen op het tijdstip v/d reeksen

* veteranen nemen deel als senior

*iedereen neemt deel in zijn eigen categorie

ATLA
ATLETIEKCLUB LANAKEN vzw

provincie Limburg

VLAAMSE ATLETIEKLIGA

PROVINCIALE KAMPIOENSCHAPPEN ALLE CAT.

LANAKEN 25-26 april 2009

Inschrijfgeld : 1.50€ per nummer
jun-sen : 2€ per nummer
Max. 2 nummers per dag per atleet

INSCHRIJVEN TEN LAATSTE 30' voor aanvang v/h nummer op schema

DAG 2: 26 april

13h00	300m horden cad heren
	400m horden sch heren
	400m horden jun heren
	400m horden sen heren
13h30	100m reeksen cad dames
	100m reeksen sch dames
	100m reeksen jun dames
	100m reeksen sen dames
14h00	100m horden cad heren
	110m horden sch heren
	110m horden jun heren
	110m horden sen heren
14h45	800m cad dames
	800m sch dames
	800m jun/sen dames
15h15	100m finale cad dames
	100m finale sch dames
	100m finale jun dames
	100m finale sen dames
15h45	400m cad heren
	400m sch heren
	400m jun heren
	400m sen heren
16h15	200m reeksen cad dames
	200m reeksen sch dames
	200m reeksen jun dames
	200m reeksen sen dames
16h45	1500m cad heren
	1500m sch heren
	1500m jun heren
	1500m sen heren
17h15	200m cad dames finale
	200m sch dames finale
	200m jun dames finale
	200m sen dames finale
17h30	3000m sch heren
	5000m jun/sen heren

13h00	ver cad heren
	speer jun/sen heren
	hoog sch dames
13h45	ver jun/sen heren
	speer sch heren
	hoog cad dames
14h30	ver sch heren
	discus jun/sen dames
	hoog jun/sen dames
15h15	HSS cad heren
	discus cad dames
	kogel jun/sen dames
16h00	HSS jun/sen heren
	speer cad heren
	kogel sch dames
16H45	HSS sch heren
	discus sch dames
	kogel cad dames

* Indien er niet voldoende atleten zijn, worden de finales gelopen op het tijdstip v/d reeksen

* veteranen nemen deel als senior

*iedereen neemt deel in zijn eigen categorie

ATLA
ATLETIEKCLUB LANAKEN vzw