



**ADD Tongeren**  
*..atletiek voor jong en oud*

vrijdag 24 mei 2019

ADD Tongeren

open 19u

**Open meeting – werpnummers voor masters aangevraagd – eigen gewicht**

inschrijvingen tot 30min voor aanvang proef  
inschrijfgeld loopnummer 1,50€  
ADD atleten gratis kampnummer 1,50€

**Benaderend uurschema**

19u	cad dames	100	19u	jun heren	kogel 6kg
	cad jongens	100		sen heren	kogel 7,260kg
	sch heren	100		cad / schol dames	discus 1kg
	jun/sen dames	100		jun / sen dames	speer 600gr
	jun/sen heren	100		cad / sch heren	ver
19u45	cad/schol dames	400	19u45	jun / sen dames	discus 1kg
	cad/schol heren	400		cad heren	kogel 4kg
	jun/sen dames	400		sch heren	kogel 5kg
	jun/sen heren	400		jun / sen heren	speer 800gr
				cad / schol dames	ver
20u15	cad/schol heren	800	20u30	jun / sen dames	kogel 4kg
	cad/schol dames	800		cad heren	discus 1kg
				schol heren	discus 1,5kg
				cad / sch dames	speer 500gr
20u30	jun/sen dames	1000			
	jun/sen heren	1000			
20u45	cad/schol heren	2000	21u	cad/schol dames	kogel 3kg
	cad/schol dames	2000		jun heren	discus 1,750kg
				sen heren	discus 2kg
				cad heren	speer 600gr
				sch heren	speer 700gr
				jun / sen dames	ver
21u00	jun/sen heren	3000			