

KAMPIOENSCHAP VAN VLAANDEREN MEERKAMPEN

DILBEEK (org. DAC) - zaterdag 08 en zondag 09 augustus 2009

Aantal banen: 6 in rechte lijn en 6 rondom

Inschrijvingen rechtstreeks bij de organisator.

CADETTEN JONGENS (8-kamp)			
ZATERDAG 8 AUGUSTUS 2009		ZONDAG 9 AUGUSTUS 2009	
12.30	100m	13.00	100H
14.00	Verspringen	14.00	Hoogspringen
16.00	Kogelstoten	15.30	Speerwerpen
17.45	Polstokspringen	17.15	1.000m

SCHOLIEREN JONGENS (9-kamp)			
ZATERDAG 8 AUGUSTUS 2009		ZONDAG 9 AUGUSTUS 2009	
10.00	100m	10.45	110H
10.30	Verspringen	11.30	Discuswerpen
12.00	Kogelstoten	12.45	Hoogspringen
13.45	Polstokspringen	14.30	Speerwerpen
		17.30	1.500m

JUNIORES MANNEN (10-kamp)			
ZATERDAG 8 AUGUSTUS 2009		ZONDAG 9 AUGUSTUS 2009	
11.00	100m	09.30	110H
11.45	Verspringen	10.00	Discuswerpen
13.30	Kogelstoten	11.45	Polstokspringen
16.15	Hoogspringen	15.30	Speerwerpen
19.00	400m	18.45	1.500m

SENIORES MANNEN (10-kamp)			
ZATERDAG 8 AUGUSTUS 2009		ZONDAG 9 AUGUSTUS 2009	
12.00	100m	09.45	110H
12.45	Verspringen	10.45	Discuswerpen
14.15	Kogelstoten	14.30	Polstokspringen
16.15	Hoogspringen	17.30	Speerwerpen
19.00	400m	19.00	1.500m

MASTERS MANNEN (5-kamp)		MASTERS VROUWEN (5-kamp)	
ZATERDAG 8 AUGUSTUS 2009			
09.30	Verspringen	09.45	80H/100H
11.30	Speerwerpen	10.30	Kogelstoten
12.45	200m	12.15	Hoogspringen
13.45	Discuswerpen	16.00	Verspringen
16.30	1.500m	17.30	800m

CADETTEN MEISJES (6-kamp)

ZATERDAG 8 AUGUSTUS 2009		ZONDAG 9 AUGUSTUS 2009	
13.00	80H	13.30	Verspringen
13.30	Hoogspringen	16.30	Speerwerpen
15.45	Kogelstoten	18.00	800m

SCHOLIEREN MEISJES (7-kamp)

ZATERDAG 8 AUGUSTUS 2009		ZONDAG 9 AUGUSTUS 2009	
09.30	100H	12.00	Verspringen
10.00	Hoogspringen	13.30	Speerwerpen
12.30	Kogelstoten	16.15	800m
15.30	200m		

JUNIORES + SENIORES VROUWEN (7-kamp)

ZATERDAG 8 AUGUSTUS 2009		ZONDAG 9 AUGUSTUS 2009	
09.40	100H	15.15	Verspringen
10.00	Hoogspringen	16.45	Speerwerpen
13.15	Kogelstoten	18.10	800m
15.45	200m		