



VS INDOOR MEETING

Wedstrijdinfo: wedstrijden@vlierzelesportief.be

Inschrijvingen ENKEL ter plaatse tot 1 uur voor aanvang van de proef

Geen voorinschrijving nodig

300m ENKEL op uitnodiging

Inschrijvingen per proef: BEN-PUP-MIN: 1,5€

Inkom: 3 €

Vanaf KAD: 2,5€

4x 200m: Gratis

PROGRAMMA

JONGENS / HEREN

<u>BEN</u>	60m - 4x 200m
<u>PUP</u>	60m - Kogel - 4x 200m
<u>MIN</u>	60m - Kogel - 4x 200m
<u>KAD</u>	60m - 60mH - 200 - 800 - Ver - Kogel - PSS
<u>SCHOL</u>	60m - 60mH - 200 - 800 - Ver - Kogel - PSS
<u>JUN</u>	60m H - Kogel - PSS
<u>JSM</u>	60m - 60mH - 200 - 800 - Ver - Kogel - PSS
<u>Jun/Sen</u>	300m op uitnodiging
<u>AC</u>	4x 200m

MEISJES / DAMES

<u>BEN</u>	60m - 4x 200m
<u>PUP</u>	60m - VER - 4x 200m
<u>MIN</u>	60m - VER - 4x 200m
<u>KAD</u>	60m - 60mH - 200 - 800 - Ver - Kogel - PSS
<u>SCHOL</u>	60m - 60mH - 200 - 800 - Ver - Kogel - PSS
<u>JSM</u>	60m - 60mH - 200 - 800 - Ver - Kogel - PSS
<u>Jun/Sen</u>	300m op uitnodiging
<u>AC</u>	4x 200m

VOORMIDDAG

9u30	60m	MIN	Jongens	9u35	Kogel	PUP	Jongens (2Kg)
9u50	60m	MIN	Meisjes	9u40	Ver	PUP	Meisjes
10u15	60m	BEN	Jongens				
10u30	60m	BEN	Meisjes	10u55	Kogel	MIN	Jongens (3Kg)
10u50	60m	PUP	Jongens	11u	Ver	MIN	Meisjes
11u10	60m	PUP	Meisjes				
11u35	4x 200m	BEN	Jongens				
11u45	4x 200m	BEN	Meisjes				
12u05	4x 200m	PUP	Jongens				
12u15	4x 200m	PUP	Meisjes				
12u30	4x 200m	MIN	Jongens				
12u50	4x 200m	MIN	Meisjes				

Kampnummers jeugd: bij meer dan 30 deelnemers aan de proef 2 pogingen

HOU REKENING MET HET TIJDSHEMA BIJ HET COMBINEREN VAN VERSCHILLENDE PROEVEN

TIJDSHEMA PER CATEGORIE

BEN	Meisjes	BEN	Jongens
60m	10u30	60m	10u15
4x 200m	11u45	4x 200m	11u35

PUP	Meisjes	PUP	Jongens
Ver	9u40	Kogel	2Kg 9u35
60m	11u10	60m	10u50
4x 200m	12u15	4x 200m	12u05

MIN	Meisjes	MIN	Jongens
60m	9u50	60m	9u30
Ver	11u	Kogel	3Kg 10u55
4x 200m	12u50	4x 200m	12u30



VS INDOOR MEETING

Wedstrijdinfo: wedstrijden@vlierzelesportief.be

Inschrijvingen ENKEL ter plaatse tot 1 uur voor aanvang van de proef

Geen voorinschrijving nodig

300m ENKEL op uitnodiging

Inschrijvingen per proef: BEN-PUP-MIN: 1,5€

Inkom: 3 €

Vanaf KAD: 2,5€

NAMIDDAG - AVOND

13u30	60m	KAD	Meisjes		13u	Ver	SCHOL	Jongens
					13u05	Kogel	KAD	Jongens (4Kg)
					13u15	Polstok	Gemengd	> 3m40
14u	60m	KAD	Jongens		14u15	Ver	JSM	Dames
14u30	60m	SCHOL	Meisjes		14u20	Kogel	JSM	Dames (4Kg)
	14u45	200m	KAD	Meisjes				
15u	60m	SCHOL	Jongens					
	15u15	200m	KAD	Jongens				
15u45	60m	JSM	Dames		15u30	Ver	JSM	Heren
	15u45	200m	SCHOL	Meisjes	15u35	Kogel	JUN	Heren (6Kg)
	16u15	200m	SCHOL	Jongens				
16u30	60m	JSM	Heren		16u15	PSS	Gemengd	< 3m40
	17u	300m	JSM	Dames	16u30	Kogel	SEN	Heren (7,26Kg)
	17u05	300m	JSM	Heren	16u45	Ver	SCHOL	Meisjes
	17u10	200m	JSM	Dames	17u30	Kogel	SCHOL	Jongens (5Kg)
	17u55	200m	JSM	Heren				
18u30	60mH	KAD	Meisjes (76,2cm)		18u15	Ver	KAD	Jongens
	60mH	SCHOL	Meisjes (76,2cm)					
	60mH	JSM	Dames (84cm)					
	18u55	800m	KAD	Meisjes	18u45	Kogel	KAD	Meisjes (3Kg)
		800m	SCHOL	Meisjes				
		800m	JSM	Dames				
19u15	60mH	SEN	Heren (106,7cm)		19u45	Ver	KAD	Meisjes
	60mH	JUN	Heren (99cm)					
	60mH	SCHOL	Jongens (91,4cm)					
	60mH	KAD	Jongens (91,4cm)					
	19u40	800m	KAD	Jongens				
		800m	SCHOL	Jongens				
		800m	JSM	Heren				
20u25	4x 200m	AC	Dames		20u05	Kogel	SCHOL	Meisjes (3Kg)
20u40	4x 200m	AC	Heren					

Er wordt gelijktijdig gelopen in de rechte lijn en op de 200m baan.

De theoretisch snelste reeksen lopen eerst

HOU REKENING MET HET TIJDSHEMA BIJ HET COMBINEREN VAN VERSCHILLENDE PROEVEN



VS INDOOR MEETING

Wedstrijdinfo: wedstrijden@vlierzelesportief.be

Inschrijvingen ENKEL ter plaatse tot 1 uur voor aanvang van de proef

Geen voorinschrijving nodig

300m ENKEL op uitnodiging

Inschrijvingen per proef: BEN-PUP-MIN: 1,5€

Inkom: 3 €

Vanaf KAD: 2,5€

TIJDSHEMA PER CATEGORIE

KAD	Meisjes		KAD	Jongens	
PSS	> 3m40	13u15	KOGEL	4Kg	13u05
60m		13u30	PSS	> 3m40	13u15
200m		14u45	60m		14u
PSS	< 3m40	16u15	200m		15u15
60mH	76,2cm	18u30	PSS	< 3m40	16u15
KOGEL	3Kg	18u45	Ver		18u15
800m		18u55	60mH	91,4cm	19u15
Ver		19u45	800m		19u40

SCHOL	Meisjes		SCHOL	Jongens	
PSS	> 3m40	13u15	Ver		13u
60m		14u30	PSS	> 3m40	13u15
200m		15u45	60m		15u
PSS	< 3m40	16u15	200m		16u15
Ver		16u45	PSS	< 3m40	16u15
60mH	76,2cm	18u30	KOGEL	5Kg	17u30
800m		18u55	60mH	91,4cm	19u15
KOGEL	3Kg	20u05	800m		19u40

JSM	Dames		JSM	Heren	
PSS	> 3m40	13u15	PSS	> 3m40	13u15
Ver		14u15	Ver		15u30
KOGEL	4Kg	14u20	PSS	< 3m40	16u15
60m		15u45	60m		16u30
PSS	< 3m40	16u15	KOGEL	7,26Kg	16u30
200m		17u10	200m		17u55
60mH	84cm	18u30	60mH	106,7cm	19u15
800m		18u55	800m		19u40

JUN	Heren	
Kogel	6Kg	15u35
60mH	99cm	19u15

4x 200m	AC
Dames	20u25
Heren	20u40

HOU REKENING MET HET TIJDSHEMA BIJ HET COMBINEREN VAN VERSCHILLENDE PROEVEN

TIJDSHEMA PER KAMPNUMMER

Ver		
9u40	PUP	Meisjes
11u	MIN	Meisjes
13u	SCHOL	Jongens
14u15	JSM	Dames
15u30	JSM	Heren
16u45	SCHOL	Meisjes
18u15	KAD	Jongens
19u45	KAD	Meisjes

Kogel		
9u35	PUP	Jongens (2Kg)
10u55	MIN	Jongens (3Kg)
13u05	KAD	Jongens (4Kg)
14u20	JSM	Dames (4Kg)
15u35	JUN	Heren (6Kg)
16u30	SEN	Heren (7,26Kg)
17u30	SCHOL	Jongens (5Kg)
18u45	KAD	Meisjes (3Kg)
20u05	SCHOL	Meisjes (3Kg)

Polstok	GEMENGD	
13u15	KAD+SCHOL+JSM	>3m40
16u15	KAD+SCHOL+JSM	2m40