



# "Definitief" Tijdschema

Senioren competitie 3e divisie  
op 21 april 2013 bij av Groene Ster te Zevenbergen



## Looponderdelen

<i>meldtijd</i>	<i>aanvang</i>		
10:55	11:00	110mH	mannen
11:20	11:25	100mH	vrouwen
11:45	11:50	800m	mannen
12:05	12:10	800m	vrouwen
12:30	12:35	100m	mannen
12:50	12:55	100m	vrouwen
13:15	13:20	400m	mannen
13:35	13:40	400m	vrouwen
<b>14:00</b>	<b>14:05</b>	5000m	mannen
14:25	14:30	200m	mannen
14:40	14:45	200m	vrouwen
15:05	15:10	3000m	vrouwen
<b>15:25</b>	<b>15:30</b>	Zw. Est.	mannen
<b>15:40</b>	<b>15:45</b>	Zw. Est.	vrouwen

## Technische onderdelen

<i>meldtijd</i>	<i>aanvang</i>		
11:00	11:20	kogel	vrouwen - groep 1
11:20	11:40	hss	mannen
<b>11:40</b>	12:00	hoog	vrouwen
12:00	12:20	discus	vrouwen
12:05	12:25	kogel	mannen - groep 1
12:55	13:15	ver	mannen
13:20	13:40	kogel	vrouwen - groep 2
13:30	13:50	speer	mannen
13:55	14:15	hoog	mannen
14:00	14:20	ver	vrouwen
14:35	14:55	kogel	mannen - groep 2

## Ver

<i>meldtijd</i>	<i>aanvang</i>		
12:55	13:15	mannen	
14:00	14:20	vrouwen	

## Hoog

<i>meldtijd</i>	<i>aanvang</i>		
<b>11:40</b>	12:00	vrouwen	
13:55	14:15	mannen	

## Hink-stap-sprong

<i>meldtijd</i>	<i>aanvang</i>		
11:20	11:40	mannen	

## Kogel

<i>meldtijd</i>	<i>aanvang</i>		
11:00	11:20	vrouwen - groep 1	
12:05	12:25	mannen - groep 1	
13:20	13:40	vrouwen - groep 2	
14:35	14:55	mannen - groep 2	

## Speer

<i>meldtijd</i>	<i>aanvang</i>		
13:30	13:50	mannen	

## Discus

<i>meldtijd</i>	<i>aanvang</i>		
12:00	12:20	vrouwen	

## Mannen

<i>meldtijd</i>	<i>aanvang</i>		
10:55	11:00	110mH	
11:20	11:40	hss	
11:45	11:50	800m	
12:05	12:25	kogel - groep 1	
12:30	12:35	100m	
12:55	13:15	ver	
13:15	13:20	400m	
13:30	13:50	speer	
13:55	14:15	hoog	

<b>14:00</b>	<b>14:05</b>	5000m	
14:25	14:30	200m	
14:35	14:55	kogel - groep 2	

<b>15:25</b>	<b>15:30</b>	Zw. Est.	
--------------	--------------	----------	--

<b>10:15</b>	juryvergadering
10:30	ploegleidersvergadering

## Keuring eigen materiaal:

10:00-10:30
12:30-13:00
<i>Materiaal wordt na keuring ingenomen</i>

## Vrouwen

<i>meldtijd</i>	<i>aanvang</i>		
11:00	11:20	kogel - groep 1	
11:20	11:25	100mH	
11:50	12:00	hoog	
12:00	12:20	discus	
12:05	12:10	800m	
12:50	12:55	100m	
13:20	13:40	kogel - groep 2	
13:35	13:40	400m	

14:00	14:20	ver	
14:40	14:45	200m	

15:05	15:10	3000m	
<b>15:40</b>	<b>15:45</b>	Zw. Est.	

**Versie: 1.01**

- \* Dit tijdschema kan gedurende de dag aangepast worden als dit noodzakelijk is. Let op de microfonist!
- \* Uiterlijk op de aangeven meldtijd dient de atleet zich te melden bij de jury (bij het onderdeel). De wedstrijd zelf start op de "aanvangs-tijd".
- \* Bij ver, hss, kogel, speer en discus hebben alle deelnemers recht op 4 pogingen.
- \* bij hoog worden maximaal 3 pogingen per hoogte toegestaan.
- \* Het is niet toegestaan om met krijt aanlopen e.d. te markeren. Bij de betreffende jury is tape beschikbaar
- \* Bij de looponderdelen zal elke deelnemer die een valse start maakt gediskwalificeerd worden.
- \* De aanvangs- en vervolghoogten bij hoogspringen zijn:  
mannen: 140 - 150 - 160 - 165 - etc.  
vrouwen: 130 - 140 - 145 - 150 - etc.
- \* Het dragen van clubtenu is verplicht! Hier zal op toegezien worden.
- \* De groeps-indeling bij het kogelstoten zal op het wedstrijdsecretariaat opgehangen worden.
- \* Verspringen is in de bak bij de polshoogmat, hss bij de sprintlanen