

Programma

	Jongens (J)	Meisjes (M)
BEN	60-ver-hockey-3x600	60-ver-hockey-3x600
PUP	60-60H-kogel-hoog-3x600	60-60H-kogel-hoog-3x600
MIN	80-80H-150H-ver-speer-kogel-3x600	80-60H-150H-ver-speer-kogel-3x600

Volgorde der proeven

14u00	80mH (0,838m)	Min J	14u00	ver	Ben J
14u15	60mH (0,762m)	Pup M		speer	Min M
14u30	60mH (0,762m)	Pup J	14u15	kogel	Min J
14u45	60mH (0,762m)	Min M	14u30	hoog	Pup M
15u10	80m	Min J	14u45	ver	Ben M
15u30	80m	Min M		hockey	Ben J
15u45	60m	Ben M	15u	kogel	Pup J
15u55	60m	Pup J	15u30	speer	Min J
16u05	60m	Ben J	15u45	ver	Min M
16u15	60m	Pup M		kogel	Pup M
16u30	150mH (0,762m)	Min M	16u15	hoog	Pup J
16u40	150mH (0,762m)	Min J		hockey	Ben M
16u50	3x600m	Ben J	16u50	kogel	Min M
17u00	3x600m	Ben M	17u00	ver	Min J
17u10	3x600m	Pup M			
17u20	3x600m	Pup J			
17u30	3x600m	Min M			
17u40	3x600m	Min J			

Hoogten van de lat hoogspringen:

Pupillen M:

0,90-0,95-1,00-1,05-1,10-1,15-1,20-1,25-1,30-1,35 + 5cm

Pupillen J:

0,95-1,00-1,05-1,10-1,15-1,20-1,25-1,30-1,35-1,40 + 5cm

BENJAMINS MEISJES	BENJAMINS JONGENS	PUPILLEN MEISJES	PUPILLEN JONGENS	MINIEMEN MEISJES	MINIEMEN JONGENS
14u45 ver	14u00 ver	14u15 60mH	14u30 60mH	14u00 speer	14u00 80mH
15u45 60m	14u45 hockey	14u30 hoog	15u00 kogel	14u45 60mH	14u15 kogel
16u15 hockey	16u05 60m	15u45 kogel	15u55 60m	15u30 80m	15u10 80m
17u00 3x600m	16u50 3x600m	16u15 60m	16u15 hoog	15u45 ver	15u30 speer
		17u10 3x600m	17u20 3x600m	16u40 150mH	16u40 150mH
				16u50 kogel	17u00 ver
				17u30 3x600m	17u40 3x600m

uur	loopnummer	hoog	ver	hockey	kogel	speer
14u00	80mH Min J		Ben J			Min M
14u15	60mH Pup M				Min J	
14u30	60mH Pup J	Pup M				
14u45	60mH Min M		Ben M	Ben J		
15u00					Pup J	
15u10	80m Min J					
15u30	80m Min M					Min J
15u45	60m Ben M		Min M		Pup M	
15u55	60m Pup J					
16u05	60m Ben J					
16u15	60m Pup M	Pup J		Ben M		
16u30	150mH Min M					
16u40	150mH Min J					
16u50	3x600m Ben J				Min M	
17u00	3x600m Ben M		Min J			
17u10	3x600m Pup M					
17u20	3x600m Pup J					
17u30	3x600m Min M					
17u40	3x600m Min J					

