



Koninklijke Atletiek Club Duffel vzw

Wedstrijdcoördinator

Joris Verlinden

joris-verlinden@hotmail.com

0474 68 29 22

www.duff.be



Zaterdag 21 april 2018

14.00 u.

Beker van Vlaanderen pup/min meisjes - Match 5

DUFF – LIER – LYRA – RAM – LOOI – AVZK – ROBA – ACKO – DCLA – RCT

Gemeentelijk sportcentrum Jan Borremanspiste Rooienberg 56, Duffel Spikes max. 6 mm

Programma: pup: 60 - 1000 - 60H - hoog - ver - kogel - hockeybal - 4x60
min: 80 - 150 - 300 - 1000 - 60H - hoog - ver - kogel - speer - 4x80

Uurrooster

14:00	pup	60 h (0.762m)	14:00	pup	kogel (2kg)
				min	hoog
				min	speer (400g)
14:20	min	60 h (0.762m)			
			14:30	pup	ver
14:45	min	300			
15:15	min	80	15:15	min	kogel (2kg)
15:30	pup	60	15:30	pup	hoog
				min	ver
				pup	hockeybal
16:00	min	150			
16:20	pup	1000			
16:35	min	1000			
16:50	pup	4x60			
17:00	min	4x80			