

## Chronologisch overzicht 1<sup>e</sup> competitiewedstrijd junioren A poule 12 Delft 15 mei 2011

10:30 uur laatste moment inleveren mutatieformulieren

10:45 uur ploegleidervergadering

11:00 uur juryvergadering

Looponderdelen		
11.30	100mH	MA
12.00	110mH	JA
12.30	800m	MA
12.50	800m	JA
13.10	100m	MA
13.30	100m	JA
14.30	400m	MA
14.50	400m	JA
15.15	1500m	MA
15.25	1500m	JA
15.45	3000m	JA
16.15	4 x 100m	MA
16.30	4 x 100m	JA

Technische onderdelen		
11.30	Verspringen	MA groep 1
11.30	Hoogspringen	JA groep 1
11.30	Kogelstoten	JA groep 1
11.45	Speerwerpen	MA
12.15	Verspringen	JA groep 1
12.30	Kogelstoten	MA groep 1
12.45	Speerwerpen	JA
13.00	Hoogspringen	MA groep 1
13.15	Verspringen	MA groep 2
13.15	Polstokhoogspringen	JA
13.15	Kogelstoten	JA groep 2
13.45	Hinkstapspringen	JA
14.00	Hoogspringen	JA groep 2
14.00	Verspringen	JA groep 2
14.15	Discuswerpen	MA
15.00	Hinkstapspringen	MA
15.00	Kogelstoten	MA groep 2
15.15	Discuswerpen	JA
15.15	Hoogspringen	MA groep 2

De onderdelen verspringen, kogelstoten en hoogspringen zijn in twee groepen ingedeeld. Per groep mag één atleet per vereniging deelnemen. Op het inschrijfformulier vermelden in welke groep de atleet deelneemt.

Technische onderdelen (m.u.v.(pols)hoog) 4 pogingen!

Aanvangshoogten:

Hoog JA 1,30 – 1,40 – 1,45 enz + 05

Hoog MA 1,20 – 1,30 – 1,35 enz + 05

Pols JA 2,20 – 2,40 – 1,50 enz + 10