

Donderdag 13 juni, Avond / trainings- wedstrijd AV Lionitas.

Instuif wedstrijd (zonder prijzen) opgedeeld in een pupillen wedstrijd voor Lionitas leden en een open wedstrijd voor de junioren / senioren en masters waarbij geldt VOL = VOL

De Pupillen wedstrijd is in de form van de Athletics Champs waarbij bij de sprint 3 pogingen zijn die met Elektronische tijd gemeten worden.

Onderdelen:

Pupillen B/C/mini : Sprint / Medicienbal / Hurk-hoog

Pupillen A : Sprint / Hoog / Vortex

Tijd wedstrijd Pupillen: van **16.30u tot 18.00u**

Inschrijving voor de Pupillen gaat via de Trainers en de betaling via de wedstrijdpot van Lionitas

De wedstrijd voor **de Junioren / Senioren en Master** bestaat uit de volgende onderdelen:

Sprint(60m, 80m, 100m) / hoog / Kogel / 800m / 5000m.

Bij de technische nummers gaan we uit van 4 pogingen.

Indien het chronoloog het toestaat, kunnen extra pogingen toegekend worden.

Geen na-inschrijving de Sprint nummers, Hoog en Kogel. Alleen op de 800m en 5000m is de mogelijkheid tot na inschrijving (tot 19.00u)

Start vanaf **18:00 uur. Einde ongeveer 21:00 uur.**

Meting met ET (incl. windmeting).

Indeling bij loopnummers op basis van opgegeven beste (verwachte) tijd.

Vul die dus aub uw beste prestatie in !

Inschrijving verloopt via Atletiek.nu

Inschrijfgeld bedraagt voor de eerste 2 onderdelen 3,00 per onderdeel volgende onderdelen zijn kosteloos. Lionitas leden hebben een korting van 15%

Na-inschrijving niet mogelijk.

Maximum aantal deelnemers per onderdeel:

- Sprint : Junioren C & D, 16 deelnemers per categorie

(JJD / MJD / JJC / MJC)

Junioren B, A, Senioren & Master , 8 deelnemers per categorie

(JJB / MJB / JJA / MJA / HS&HM / DS&DM)

- hoogspringen : 9 deelnemers per groep,
8 sprongen per deelnemer

Groep 1 MJB / MJA / DS

Groep 2 MJD / MJC

Groep 3 JJD / JJC

Groep 4 JJB / JJA / HS

- kogelstoten : 9 deelnemers per groep,

Groep 1 MJB / MJA / DS

Groep 2 JJD / JJC

Groep 3 MJD / MJC

Groep 4 JJB / JJA / HS

- 800m : 2 series

Serie 1 - Junioren C & D

Serie 2 - Junioren B, A, Senioren & Masters

- 5000m : 1 series