

Stedelijk Sportstadion
Spanjestraat 181
8800 Roeselare

13u30
deelname gratis

RUBENS CUP KKS gesloten meeting met FLAC - AVMO - HAC - AVR - AZW - KKS

BEN J	BEN M	PUP J	PUP M	MIN J	MIN M
				13.45 4x80m	13.30 4x80m
14.00 hockey	14.30 60m	14.00 kogel	14.00 ver	14.15 80m	14.00 80m
14.45 60m	15.00 ver	15.15 60m	15.00 60m	14.45 discus	14.30 hoog
16.00 ver	15.45 hockey	16.00 1000m	15.30 kogel	15.30 1000m	15.45 1000m
16.45 600m	16.30 600m	16.30 discus	16.15 1000m	16.30 hoog	16.30 kogel

	LOOP	VER	HOOG	HOCKEY	KOGEL	DISCUS
13.30	4X80 MIN J					
13.45	4X80 MIN M					
14.00	80m MIN M	PUP M		BEN J	PUP J	
14.15	80m MIN J					
14.30	60m BEN M		MIN M			
14.45	60m BEN J					MIN J
15.00	60m PUP M	BEN M				
15.15	60m PUP J					
15.30	1000m MIN J				PUP M	
15.45	1000m MIN M			BEN M		
16.00	1000m PUP J	BEN J				
16.15	1000m PUP M					
16.30	600m BEN M		MIN J		MIN M	PUP J
16.45	600M BEN J					

maximum 3 nummers per atleet (uitgezonderd 4x80m miniemen)

kleur aflossingszones 4x80m miniemen = paars

alle kampnummers: meer dan 30 atleten = 2 pogingen ipv 3

hoogspringen miniemen: starthoogte 1.05m verhogen per 5cm tot 1.30m, daarna per 3cm

hockey en discus: opmeting 1ste poging. Bij 2de of 3de poging alleen indien verbetering.

bij 600m en 1000m maximaal 20 atleten per reeks