



## LIMITSMEET OOST VLAAMS SPRINT EN HALVE FOND CRITERIUM SPORT EN WANDELPARK TER ELST

### PROGRAMMA

Zaterdag 24 mei 2008 om 13h30

Polsstok Dames 13h00

**Inschrijving : €1.50 / Nr**

**Polsstok : Nieuwe inspringhoogte op 4.0m**

<u>CAD</u>	100 m – 200 m -800 m –100 m H 1500 m Steeple Polsstok – HSS - Discus - Kogel	<u>CAD</u>	100 m – 200 m -800 m –80 m H 1500 m Steeple Polsstok – Hoog - Ver - Speer
<u>SCHOL</u>	100 m – 200 m - 800 m – 110 m H 2000 m Steeple Polsstok – HSS - Discus - Kogel	<u>SCHOL</u>	100 m – 200 m -800 m –100 m H 2000 m Steeple Polsstok – Hoog - Ver - Speer
<u>JSM</u>	100 m – 200 m - 800 m – 3000 m 110 m H - 2000 m Steeple) Polsstok – HSS - Discus - Kogel	<u>JSM</u>	100 m – 200 m -800 m –100 m H – 3000m 2000 m Steeple Polsstok – Hoog - Ver - Speer
<u>Recreant</u>	5000 m	<u>Recreant</u>	5000 m

13h30	80 m H	Cad V		13h00	Polsstok	Cad – Schol – JSM V
	100 m H	Schol V				
		JSM V		13h30	Kogel	Cad M
		Cad M		13h30	Speer	Cad V
	110 m H	Schol M				
		JSM M				
				13h45	HSS	Cad – Schol M
14h30	800 m	Cad V				
		Cad M		14h20	Discus	JSM M
		Schol V				
		Schol M		14h30	Kogel	Schol M
		JSM V				
		JSM M		14h45	Ver	Cad V
15h20	100 m	Cad M				
		Cad V		15h00	Speer	Schol V
		Schol V			Hoog	Cad V
		Schol M				
		JSM V		15h30	Polsstok	Cad – Schol – JSM M
		JSM M			Kogel	JSM M
16h00	3000 m	JSM V		15h40	Discus	Schol M
	3000 m	JSM M				
	3000 m	JSM M		15h45	Ver	Schol – JSM V
16H30	200 M	Cad V		16h00	Hoog	Schol V
		Cad M				
		Schol V		16h20	Speer	JSM V
		Schol M				
		JSM V		16h45	HSS	JSM M
		JSM M				
				16h50	Hoog	JSM V
17h15	1500 m Stpl	Cad V				
		Cad M		17h00	Discus	Cad M
	2000 m Stpl	Schol V				
		JSM V				
		Schol M				
	2000 m Stpl	JSM M				
17h45	5000 m	Recreanten M/V				