

Sparta Bornem organiseert:

Memorial Jos Muyshondt

VRIJDAG 29 juli 2011 om 18.30 uur

Recreantenloop - 3000m om 18.00 uur

Waar ? 'Sport- en Recreatiecentrum Het Breeven',

Breevendreef te Bornem

Deelname: € 1,00 per proef

PROGRAMMA

Mannen		Dames	
CAD	100 - 200 - 800 - Kogel - Discus - Speer	CAD	100 - 200 - 800 - Hoog - Kogel - Speer
SCH	100 - 200 - 1500 - Kogel - Discus - Speer	SCH	100 - 200 - 1500 - Ver - Kogel
JSM	100 - 200 - 1500 - Hoog - Discus - Speer	JSM	100 - 200 - 1500 - Discus - Speer
AC	Zweedse estafette	AC	Zweedse estafette
RECR	3000	RECR	3000

BENADEREND UURSCHEMA

Loopnummers			Kampnummers	
18.00	3000m	Recreantenloop		
18.30	100m	Cadetten dames	Hoog	Cadetten dames
	100m	Cadetten heren	Kogel	Scholieren heren (5 Kg)
	100m	Scholieren dames	Discus	Cadetten heren (1 Kg)
	100m	Scholieren heren	Speer	JSM dames (600g)
	100m	JSM dames		
	100m	JSM heren		
19.00	800m	Cadetten dames	Ver	Scholieren dames
	800m	Cadetten heren	Kogel	Cadetten dames (3 Kg)
			Speer	JSM heren (800g)
19.15	1500m	Scholieren dames		
	1500m	JSM dames		
	1500m	Scholieren heren		
	1500m	JSM heren		
19.30			Hoog	JSM heren
			Speer	Scholieren heren (700g)
			Kogel	Cadetten heren (4 Kg)
			Discus	JSM dames (1 Kg)
19.45	200m	Cadetten dames		
	200m	Cadetten heren		
	200m	Scholieren dames		
	200m	Scholieren heren		
	200m	JSM dames		
	200m	JSM heren		
20.00			Kogel	Scholieren dames (4 Kg)
			Speer	Cadetten dames (500g)
			Discus	Scholieren heren (1,5 Kg)
20.30	Zw. Afl.	AC dames	Speer	Cadetten heren (600g)
	Zw. Afl.	AC heren	Discus	JSM heren (2 Kg)