

Open Provinciaal kampioenschap steeple + 10.000m

Programma

Cadetten		Scholieren		JS + M	
Dames	Heren	Dames	Heren	Dames	Heren
14.00 200	14.00 200	14.00 200	14.00 200	14.00 200	14.00 200
14.30 hoog	14.00 discus	15.20 2000st	15.20 2000st	15.30 speer	14.45 1000
14.45 discus	15.00 1500st	15.45 hoog	16.15 speer	16.00 3000st	15.30 ver
15.00 1500st	17.30 ver	16.30 ver	16.45 hoog	16.30 discus	16.00 3000st
				16.30 10.000	16.30 10.000

Uurschema

Uur	Loopnrs	hoog	discus	ver	speer
14u00	200 cad D		cad H		
	200 cad H				
	200 sch D				
	200 sch H				
	200 JS D				
	200 JS H				
14u30		cad D			
14u45	1000 JS H		cad D		
15u00	1500st cad D				
	1500st cad H				
15u15					
15u20	2000st sch D				
	2000st sch H				
15u30				JS H	JS D
15u45		sch D			
16u00	3000st JS H				
	3000st JS D				
16u15					sch H
16u30	10km JS D		JS D	sch D	
	10km JS H				
16u45		sch H			
17u00					
17u30				cad H	