

RAM Medaillemeeting Kan/Ben

zondag 2 oktober 2022



PROGRAMMA VOORMIDDAG:

	JONGENS en MEISJES (gemengd)
KAN	SET 2 : 30 - 10x30 - stoten - ver
BEN	SET 2 : 40 - 600 - hoog - vortex

VOORLOPIG UURSCHEMA VOORMIDDAG:

UUR	KAN 1	KAN 2	BEN 1	BEN 2
10.00	OPWARMING			
10.15	STOTEN	30	HOOG	40
10.45	30	VER	40	VORTEX
11.15	VER	STOTEN	VORTEX	HOOG
11.45			600	600
11.55	10x30	10x30		

PRAKTISCH :

Adres : PSRC De Nekker, GPS adres: Spuibekstraat, 2800 Mechelen

Deelname : 5,00 €/Atleet

Verplichte voorinschrijving via Atletiek.Nu

Prijzen : elke atleet ontvangt een medaille

Inkom: 5,00 €/pp

Opgelet : geen honden toegelaten op PSRC De Nekker