



KONINKLIJKE ATLETIEKCLUB A.S.RIEME vzw

Aangesloten sedert 1943 bij de K.B.A.B. met stamnummer 112

Voorzitter: Eric Van Hijfte

E-mail: voorzitter@asrieme.be

Website : <https://www.asrieme.be>



VLAAMSE
ATLETIEKLIKA

**VLOER- EN
TEGELWERKEN**
RESIDENTIËLE
ELECTRICITEIT

Mathieu Christophe

Monumentsstraat 18, Ertvelde • 0496 60 83 62

Interregio AS Rieme
Zaterdag 3/06/2023 - 10u00
HOGE WAL Ertvelde

De Boey

AMBACHTELIJKE
BAKKERIJ

Programma:

MEISJES / JONGENS

KAN

30m - Stoten - Verspringen -
500m

MEISJES / JONGENS

BEN

40m - Vortexwerpen - Hoogspringen -
600m

Tijdschema:

9u15 Aanmelding atleetjes
9u30 Opwarming
10u00 Discipline 1 KAN Meisjes + Jongens
10u35 Discipline 2 KAN Meisjes + Jongens
11u10 Discipline 3 KAN Meisjes + Jongens
11u45 500m KAN Meisjes + Jongens

9u15 Aanmelding atleetjes
9u30 Opwarming
10u00 Discipline 1 BEN Meisjes + Jongens
10u35 Discipline 2 BEN Meisjes + Jongens
11u10 Discipline 3 BEN Meisjes + Jongens
11u45 600m BEN Meisjes + Jongens

Programma:

JONGENS

PUP

60m - 1000m -
Hoog - Vortex

MIN

80m - **Ver** - 1000m -
Kogel (3kg) - Speer (400gr)

MEISJES

PUP

60m - 1000m -
Ver - Kogel (2kg)

MIN

80m - 1000m - Kogel (2kg) -
Hoog - **Ver**

Tijdschema:

15u00 **60m PUP Meisjes**
15u10 **60m PUP Jongens**
15u20 **80m MIN Jongens**
15u30 **80m MIN Meisjes**

16u45 1000m PUP Meisjes
17u00 1000m PUP Jongens
17u40 1000m MIN Jongens
17u55 1000m MIN Meisjes

14u00 Hoog MIN Meisjes
14u00 **Ver MIN Jongens**
14u00 Kogel PUP Meisjes (2kg)
14u00 Vortex PUP Jongens
15u20 Ver PUP Meisjes
15u30 Hoog PUP Jongens
15u40 Speer MIN Jongens (400gr)
15u50 Kogel MIN Meisjes (2kg)
16u40 Kogel MIN Jongens (3kg)
16u50 **Ver MIN Meisjes (400gr)**

Aantal pogingen voor alle kampnummers:

- * Aantal deelnemers: tot 30 dlrs = 3 pogingen ; >30 dlrs = 2 pogingen
- * Behalve voor vortex waar 35 deelnemers als basis kan genomen worden
- * Hoogspringen : ook hier slechts 2 pogingen per hoogte indien >30 deelnemers

Hoogspringen PUP Jongens:

- * Aanvangshoogte: 95 cm aanvang, 3 maal stijgen per 7 cm tot 1m16, dan per 4 cm.

Hoogspringen MIN Meisjes:

- * Aanvangshoogte: 100 cm aanvang, 3 maal stijgen per 7 cm tot 1m21, dan per 4 cm.

Interregio Jeugdkampioen:

- * Disciplines aangeduid in het **rood**, tellen **NIET** mee voor het klassement!

Inschrijvingsgeld: 6€/atleet (AS Rieme = GRATIS)

Toegangsgeld: 3€