



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>



Jeugdmeerkamp AS Rieme Zaterdag 5/08/2023 - 10u00 HOGE WAL Ertvelde



Programma:

MEISJES / JONGENS

KAN 30m - Vortexwerpen - Hoogspringen -
Team Estafette

BEN

MEISJES / JONGENS

40mH - Stoten - Verspringen -
Team Estafette

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 Team Estafette 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 Team Estafette BEN Meisjes + Jongens

Programma:

JONGENS

PUP 4K: 60m - 1000m - Ver - Kogel (2kg)
MIN 5K: 80mH (0,762m) - Ver - Hoog -
Speer (400gr) - 1000m

MEISJES

PUP 4K: 60m - 1000m - Hoog - Vortex
MIN 5K: 60mH (0,686m) - Ver - Hoog -
Speer (400gr) - 1000m

Tijdschema:

13u30 60m PUP Jongens
13u45 60m PUP Meisjes
15u00 60mH MIN Meisjes (0,686m)
15u30 80mH MIN Jongens (0,762m)
17u00 1000m PUP Jongens
17u45 1000m PUP Meisjes
18u00 1000m MIN Jongens
18u15 1000m MIN Meisjes

13u30 Hoog MIN Jongens
13u30 Speer MIN Meisjes (400gr)
14u00 Ver PUP Jongens
15u00 Hoog PUP Meisjes
15u00 Kogel PUP Jongens (2kg)
15u30 Ver MIN Meisjes
16u00 Speer MIN Jongens (400gr)
16u30 Hoog MIN Meisjes
17u00 Vortex PUP Meisjes
17u00 Ver MIN Jongens

- * Ongeacht aantal deelnemers, steeds 3 pogingen bij alle kampnummers aangezien het om meerkamp gaat
- * Hoogspringen : ook hier steeds 3 pogingen
- * Aanvangshoogte PUP-V: 90cm, 3 maal stijgen per 6cm, dan per 3 cm.
- * Aanvangshoogte MIN-V: 100cm, 3 maal stijgen per 6cm, dan per 3 cm.
- * Aanvangshoogte MIN-M: 105cm, 3 maal stijgen per 6cm, dan per 3 cm.

Inschrijvingsgeld: 5€/atleet (RIEM = Gratis)

Toegangsgeld: 3€