



# 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](mailto:voorzitter@asrieme.be)

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



VLAAMSE  
ATLETIEKLIGA



Hellende daken | Platte daken | Isolatiewerken | Herstellingen

DAKWERKEN ELEWAUT

## Interregio AS Rieme Zaterdag 1/06/2024 - 10u00 HOGE WAL Ertvelde

### Programma:

#### MEISJES / JONGENS

KAN

30m - Stoten - Verspringen -  
600m

#### MEISJES / JONGENS

BEN

40m - Vortexwerpen - Hoogspringen -  
800m

### 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 600m 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 800m 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:

\* Ongeacht het aantal deelnemers, krijgen alle atleten in elk kampnummer 3 pogingen

#### 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: KAN/BEN: 5€/atleet (AS Rieme = GRATIS)

PUP/MIN: 7€/atleet (AS Rieme = GRATIS)

Toegangsgeld: 3€ (RIEM-Atleten = GRATIS)