



foto's Harry Rappange



trainingspakkenwedstrijd

zaterdag 26 maart 2022



PROGRAMMA

09:45 uur 1.500 meter series Frame Runners en Lopers

10:00 uur Pupillen estafette

10:25 uur Meerkamp voor G atleten
Meerkamp Pupillen met sprint, verspringen, (hurk)hoogspringen, vortexwerpen en meters maken.

En na afloop (12:45 uur) zijn er pannenkoeken!



11:30 uur 60 meter Frame runners

12:15 uur 200 meter Frame runners

12:15 uur Meerkamp voor D/C/B/A Junioren, Senioren en Masters
Onderdelen: sprint, verspringen, hoogspringen, kogelstoten en speerwerpen.

INSCHRIJVEN

Vanaf 3 maart kan je inschrijven, tot en met 18 maart via atletiek.nu. Omdat het een Achilleswedstrijd is, betaal je niks! Het zijn geen clubkampioenschappen, dus geen prijzen. Voor de pupillen wordt er wel een diploma gemaakt.

Voorlopig tijdschema

Zodra op 19 maart de inschrijvingen binnen zijn wordt het definitieve tijdschema bekend gemaakt. Op atletiek.nu en onze website kan je dan zien wanneer de nummers beginnen.

Serie indeling

De serie-indeling van de 1.500 meter is op basis van de verwachte prestatie. Het is dus belangrijk voor jouw serie-indeling dat je **een tijd opgeeft** die je verwacht te gaan lopen. De snelste serie wordt het eerst gelopen. Er zijn geen finales. **GEEN NA-INSCHRIJVEN!**

Technische nummers

Bij de technische nummers zijn er voor elk onderdeel 3 pogingen.

Informatie

Laatste informatie en de uitslagen en foto's vind je op atletiek.nu en www.arvachilles.nl
Algemene informatie: Nicole Verhoeven (clubstrijd@arvachilles.nl)