



Hera Atletiekvereniging
Heerhugowaard

Finale Pupillencompetitie 14 sept. 2019

- 10:20** uur opstellen van de ploegen voor het defilé
10:30 uur **Defilé**
- 16:00** uur **Aanvang prijs uitreiking**

Loop onderdelen

Estafettes:

4 x 40m = kleine gele haken wisselvak 20 mtr

- | | | | | | |
|-------|-----|----------------------------|---|----------|----------|
| 11:00 | uur | 4 x 40 | m | MPC mini | 2 series |
| 11:06 | uur | 4 x 40 | m | JPC mini | 2 series |
| 11:12 | uur | 4 x 40 | m | MPC | 2 series |
| 11:18 | uur | 4 x 40 | m | JPC | 2 series |
| 11:24 | uur | 4 x 40 | m | MPB | 2 series |
| 11:30 | uur | 4 x 40 | m | JPB | 2 serie |
| 11:36 | uur | Overlopen 4 x 40mtr | | | |

4 x 60m = kleine zwarte haken wisselvak 30 mtr

- | | | | | | |
|-------|-----|----------------------------|---|------------------------|----------|
| 11:50 | uur | 4 x 60 | m | MPA 2 ^e jrs | 2 series |
| 11:56 | uur | 5 x 60 | m | JPA 2 ^e jrs | 2 series |
| 12:02 | uur | 6 x 60 | m | MPA 1 ^e jrs | 2 series |
| 12:08 | uur | 7 x 60 | m | JPA 1 ^e jrs | 2 series |
| 12:14 | uur | Overlopen 4 x 60mtr | | | |

Sprint

- | | | | | | |
|-------|-----|----|---|------------------------|----------|
| 12:45 | uur | 40 | m | MPC | 7 series |
| 13:05 | uur | 40 | m | JPC | 7 series |
| 13:25 | uur | 40 | m | MPC mini | 7 series |
| 13:45 | uur | 40 | m | JPC mini | 7 series |
| 14:05 | uur | 40 | m | MPB | 8 series |
| 14:25 | uur | 40 | m | JPB | 7 series |
| 14:50 | uur | 60 | m | MPA 1 ^e jrs | 8 series |
| 15:10 | uur | 60 | m | JPA 1 ^e jrs | 7 series |
| 15:30 | uur | 60 | m | MPA 2 ^e jrs | 7 series |
| 15:50 | uur | 60 | m | JPA 2 ^e jrs | 7 series |

- Gr 1:** De verenigingen die op de plaatsen 1 t.m. 4 staan
Gr 2 De verenigingen die op de plaatsen 5 t.m. 8 staan en de individueel ingeschreven atleten

Technische onderdelen

Ver 1

- | | | |
|-------|-----|-----------|
| 11:55 | uur | MPC Gr 1 |
| 12:40 | uur | JPB Gr2 |
| 13:25 | uur | MPA 1 Gr1 |
| 14:10 | uur | MPC Gr2 |
| 14:55 | uur | JPB Gr1 |
| 15:40 | uur | MPA 1 Gr2 |

Ver 2

- | | | |
|-------|-----|-----------|
| 11:55 | uur | JPC Gr1 |
| 12:40 | uur | MPB Gr2 |
| 13:25 | uur | JPA 1 Gr2 |
| 14:10 | uur | JPC Gr2 |
| 14:55 | uur | MPB Gr1 |
| 15:40 | uur | JPA 1 Gr1 |

Ver 3

- | | | |
|-------|-----|------------|
| 12:00 | uur | M mini Gr1 |
| 12:45 | uur | J mini Gr2 |
| 14:05 | uur | M mini Gr2 |
| 14:50 | uur | J mini Gr1 |

Balwerpen 1

- | | | |
|-------|-----|-----------|
| 12:00 | uur | MPC Gr2 |
| 12:45 | uur | JPA 1 Gr1 |
| 13:30 | uur | MPC Gr 1 |
| 15:40 | uur | JPA 1 Gr2 |

Balwerpen 2

- | | | |
|-------|-----|-----------|
| 12:00 | uur | JPC Gr2 |
| 12:45 | uur | MPA 1 Gr2 |
| 14:10 | uur | JPC Gr1 |
| 15:20 | uur | MPA 1 Gr1 |

Balwerpen 3

- | | | |
|-------|-----|------------|
| 12:00 | uur | M mini Gr2 |
| 12:45 | uur | J mini Gr1 |
| 14:05 | uur | M mini Gr1 |
| 14:50 | uur | J mini Gr2 |

Hoog 1

- | | | |
|-------|-----|-----------|
| 12:30 | uur | MPA 2 Gr1 |
| 14:00 | uur | MPA 2 Gr2 |

Hoog 2

- | | | |
|-------|-----|-----------|
| 12:30 | uur | JPA 2 Gr1 |
| 14:00 | uur | JPA 2 Gr2 |

Kogel 1

- | | | |
|-------|-----|-----------|
| 12:00 | uur | MPB Gr1 |
| 12:45 | uur | MPA 2 Gr2 |
| 14:10 | uur | MPA 2 Gr1 |
| 14:55 | uur | MPB Gr2 |

Kogel 2

- | | | |
|-------|-----|-----------|
| 12:00 | uur | JPB Gr1 |
| 12:45 | uur | JPA 2 Gr2 |
| 14:10 | uur | JPA 2 Gr1 |
| 14:55 | uur | JPB Gr2 |

JPC mini Gr 1

11:06 uur 4 x 40m
12:45 uur Bal 3
13:45 uur 40m
14:50 uur Ver 3

MPC mini Gr1

11:00 uur 4 x 40m
12:00 uur Ver 3
13:25 uur 40m
14:05 uur Bal 3

JPC Gr1

11:18 uur 4 x 40m
11:55 uur Ver 2
13:05 uur 40m
14:10 uur Bal 2

MPC Gr 1

11:12 uur 4 x 40m
11:55 uur Ver 1
12:45 uur 40m
13:30 uur Bal 2

JPB Gr1

11:30 uur 4 x 40m
12:00 uur Kogel 2
14:25 uur 40m
14:55 uur Ver1

MPB Gr1

11:24 uur 4 x 40m
12:00 uur Kogel 1
14:05 uur 40m
14:55 uur Ver 2

JPA 1^e jrs Gr 1

12:08 uur 4 x 60
12:45 uur Bal 1
15:10 uur 60m
15:40 uur Ver 2

MPA 1^e jrs Gr1

12:02 uur 4 x 60
13:25 uur Ver1
14:50 uur 60m
15:20 uur Bal 2

JPA 2^e jrs Gr 1

11:56 uur 4 x 60
12:30 uur Hoog 2
14:10 uur Kogel 2
15:50 uur 60m

MPA 2^e jrs Gr1

11:50 uur 4 x 60
12:30 uur Hoog 1
14:10 uur Kogel 1
15:30 uur 60m

JPC mini Gr 2

11:06 uur 4 x 40m
12:45 uur Ver 3
13:45 uur 40m
14:50 uur Bal 3

MPC mini Gr2

11:00 uur 4 x 40m
12:00 uur Bal 3
13:25 uur 40m
14:05 uur Ver 3

JPC Gr2

11:18 uur 4 x 40m
11:55 uur Bal 2
13:05 uur 40m
14:10 uur Ver 2

MPC Gr 2

11:12 uur 4 x 40m
11:55 uur Bal 1
12:45 uur 40m
14:10 uur Ver 1

JPB Gr2

11:30 uur 4 x 40m
12:40 uur Ver 1
14:25 uur 40m
14:55 uur Kogel 2

MPB Gr2

11:24 uur 4 x 40m
12:40 uur Ver 2
14:05 uur 40m
14:55 uur Kogel 1

JPA1^e jrs Gr 2

12:08 uur 4 x 60
13:25 uur Ver 2
15:10 uur 60m
15:40 uur Bal 1

MPA 1^e jrs Gr2

12:02 uur 4 x 60
12:45 uur Bal 2
14:50 uur 60m
15:40 uur Ver 1

JPA 2^e jrs Gr 2

11:56 uur 4 x 60
12:45 uur Kogel 2
14:00 uur Hoog 2
15:50 uur 60m

MPA 2^e jrs Gr2

11:50 uur 4 x 60
12:45 uur Kogel 1
14:00 uur Hoog 1
15:30 uur 60m