Chronoloog competitie Athletics Champs 2015
wedstrijd 1 en 3

Wedstrijd 1: datum vereniging adres plaats
Wedstrijd 3: datum vereniging adres plaats

	Pupillen A												Pupillen B/C/mini												
	Poule A				Poule B				Poule C				Poule D				Poule E				Poule F				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	
Tijd	rd	gl	bl	gr	rd	gl	bl	gr	rd	gl	bl	gr	rd	gl	bl	gr	rd	gl	bl	gr	rd	gl	bl	gr	Tijd
9.30	**Vergadering teambegeleiders** *(onder voorbehoud in kantine)*																								9.30
9.35																									9.35
9.40																									9.40
9.45																									9.45
9.50	**Warming-up teams** *onder leiding van trainer/teambegeleider*																								9.50
9.55																									9.55
10.00	**Estafette** *(middenterrein atletiekbaan: eerste pupillen A, aansluitende pupillen B/C/mini)*																								10.00
10.05																									10.05
10.10																									10.10
10.15	**Hoog** *op de mat (6a)*		**Kogel** *uit ring (4a)*		**Vortex** *op het gras (5)*				**Horden** *60 meter (3a)*				**Vortex** *op het gras (5)*				**Hurkhoog** *in de zandbak (8)*				**Sprint** *40 meter uit staande start*				10.15
10.20																									10.20
10.25																									10.25
10.30																									10.30
10.35																									10.35
10.40	**Kogel** *uit ring (4a)*		**Hoog** *op de mat (6a)*		**Horden** *60 meter (3a)*				**Vortex** *op het gras (5)*				**Hurkhoog** *in de zandbak (8)*				**Sprint** *40 meter uit staande start*				**Vortex** *op het gras (5)*				10.40
10.45																									10.45
10.45																									10.45
10.50																									10.50
10.55																									10.55
11.00	**Horden** 60 meter *(3a)*				**Hoog** *op de mat (6a)*		**Kogel** *uit ring (4a)*		**Pauze**				**Slingeren** *op het gras (10b)*				**Pauze**				**Hurkhoog** *in de zandbak (8)*				11.00
11.05																									11.05
11.10																									11.10
11.15																									11.15
11.20																									11.20
11.25	**Pauze**				**Kogel** *uit de ring(4a)*		**Hoog** *op de mat (6a)*		**Polsstok** *in de zandbak (11)*				**Horden** *40 meter (3b)*				**Slingeren** *op het gras (10b)*				**Pauze**				11.25
11.30																									11.30
11.35																									11.35
11.40																									11.40
11.45																									11.45
11.50	**Polsstok** *in de zandbak (11)*				**Pauze**				**Hoog** *op de mat (6a)*		**Kogel** *uit ring (4a)*		**Pauze**				**Horden** *40 meter (3b)*				**Slingeren** *op het gras (10b)*				11.50
11.55																									11.55
12.00																									12.00
12.05																									12.05
12.10																									12.10
12.15	**Vortex** *op het gras (5)*				**Polsstok** *in de zandbak (11)*				**Kogel** *uit ring (4a)*		**Hoog** *op de mat (6a)*		**Sprint** *40 meter uit staande start*				**Vortex** *op het gras (5)*				**Horden** *40 meter (3b)*				12.15
12.20																									12.20
12.25																									12.25
12.30																									12.30
12.35																									12.35
12.40	**Meters maken (6 min.)** *afhankelijk van aantallen wordt er in series gestart*																								12.40
12.45																									12.45
12.50													**Meters maken (4 min.)** *afhankelijk van aantallen wordt er in series gestart*												12.50
12.55																									12.55
13.00																									13.00
13.05	**Gezamenlijke afsluiting**																								13.05
13.10																									13.10

2x toeter	einde ronde (bij hoogspringen mag beurt worden afgemaakt)
	wisselpauze
1x toeter	start onderdeel

Graag aan het einde van elke ronde scorebriefjes (laten) inleveren in de inleverbus op het centrale punt

Chronoloog competitie Athletics Champs 2015
wedstrijd 2 en 4

Wedstrijd 1:	datum	vereniging	adres	plaats
Wedstrijd 3:	datum	vereniging	adres	plaats

	Pupillen A												Pupillen B/C/mini												
	Poule A				Poule B				Poule C				Poule D				Poule E				Poule F				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	
Tijd	rd	gl	bl	gr	rd	gl	bl	gr	rd	gl	bl	gr	rd	gl	bl	gr	rd	gl	bl	gr	rd	gl	bl	gr	Tijd
9.30	**Vergadering teambegeleiders** *(onder voorbehoud in kantine)*																								9.30
9.35																									9.35
9.40																									9.40
9.45																									9.45
9.50	**Warming-up teams** *onder leiding van trainer/teambegeleider*																								9.50
9.55																									9.55
10.00	**Estafette** *(middenterrein atletiekbaan: eerste pupillen A, aansluitende pupillen B/C/mini)*																								10.00
10.05																									10.05
10.10																									10.10
10.15	**Vortex** *op het gras (5)*				**Ver** *In de zandbak (7a)*				**Sprint** *60 meter uit blok (2a)*				**Hoog** *op de mat (6b)*		**Stoten** *medicien bal (4b)*		**Vortex** *op het gras (5)*				**Horden** *pendelestafette (12)*				10.15
10.20																									10.20
10.25																									10.25
10.30																									10.30
10.35																									10.35
10.40	**Ver** *in de zandbak (7a)*				**Sprint** *60 meter uit blok (2a)*				**Vortex** *op het gras (5)*				**Stoten** *medicien bal (4b)*		**Hoog** *op de mat (6b)*		**Horden** *pendelestafette (12)*				**Vortex** *op het gras (5)*				10.40
10.45																									10.45
10.45																									10.45
10.50																									10.50
10.55																									10.55
11.00	**Slingeren** *op het gras (10a)*				**Pauze**				**Ver** *In de zandbak (7a)*				**Horden** *pendelestafette (12)*				**Hoog** *op de mat (6b)*		**Stoten** *medicien bal (4b)*		**Pauze**				11.00
11.05																									11.05
11.10																									11.10
11.15																									11.15
11.20																									11.20
11.25	**Horden** *60 meter (3a)*				**Slingeren** *op het gras (10a)*				**Pauze**				**Pauze**				**Stoten** *medicien bal (4b)*		**Hoog** *op de mat (6b)*		**Verspringen** *in de zandbak vanaf de afzetmat (7b)*				11.25
11.30																									11.30
11.35																									11.35
11.40																									11.40
11.45																									11.45
11.50	**Pauze**				**Horden** *60 meter (3a)*				**Slingeren** *op het gras (10a)*				**Verspringen** *in de zandbak vanaf de afzetmat (7b)*				**Pauze**				**Hoog** *op de mat (6b)*		**Stoten** *medicien bal (4b)*		11.50
11.55																									11.55
12.00																									12.00
12.05																									12.05
12.10																									12.10
12.15	**Sprint** *60 meter uit blok (2a)*				**Vortex** *op het gras (5)*				**Horden** *60 meter (3a)*				**Vortex** *op het gras (5))*				**Verspringen** *in de zandbak vanaf de afzetmat (7b)*				**Stoten** *medicien bal (4b)*		**Hoog** *op de mat (6b)*		12.15
12.20																									12.20
12.25																									12.25
12.30																									12.30
12.35																									12.35
12.40													**Meters maken (4 min.)** *afhankelijk van aantallen wordt er in series gestart (9) wedstrijddag 4 stadioncross (13)*												12.40
12.45																									12.45
12.50	**Meters maken (6 min.)** *afhankelijk van aantallen wordt er in series gestart (9) wedstrijddag 4 stadioncross (13)*																								12.50
12.55																									12.55
13.00																									13.00
13.05	**Gezamenlijke afsluiting**																								13.05
13.10																									13.10

2x toeter	einde ronde (bij hoogspringen mag beurt worden afgemaakt)
	wisselpauze
1x toeter	start onderdeel

Graag aan het einde van elke ronde scorebriefjes (laten) inleveren in de inleverbus op het centrale punt