

## 3 mei 2009 openmeeting

	<b>Heren</b>		<b>Dames</b>			
<b>Cad</b>	100-300-mijl-hoog-ver-polsstok		<b>Cad</b>	100-300-mijl-hoog-ver- polsstok		
<b>Schol</b>	100-300-mijl-kogel -polsstok		<b>Schol</b>	100-300-mijl- ver-polsstok		
<b>J.S.M.</b>	100-300-3000 -mijl-kogel-speer-polsstok-		<b>J.S.M.</b>	100-300-3000 –mijl - speer – polsstok-		
<b>Masters</b>	gewichtwerpen		<b>Masters</b>	gewichtwerpen		
<b>Tijdschema</b>						
			<b>13.00</b>	Gewichtwerpen –	M70 – M75 (7,26 kg)	
					W50 – W55 ( 7,26 kg )	
			<b>14.00</b>	Gewichtwerpen –	M80+ - W 60+ ( 5,45 kg )	
				J-S-M-	Mannen Speer (800gr)	
<b>14.00</b>	Cad vrouwen	100m	<b>14.00</b>	Cad-Schol-J.S.M	vrouwen. Polsstok	
	Cad mannen	100m		Cad	Vrouwen Ver	
	Schol vrouwen	100m		J-S-M-	Mannen Kogel	
	Schol mannen	100m				
	J.S.M. vrouwen	100m	<b>14.30</b>	Gewichtwerpen	M 60 – M 65 ( 9,085 kg)	
	J.S.M. mannen	100m			W – 35 – W40 – W 45 ( 9.085 kg)	
<b>15.00</b>	Cad vrouwen	mijl	<b>15.00</b>	Cad	Mannen Hoog.	
	Cad mannen	mijl		Schol	Vrouwen Ver	
	Schol vrouwen	mijl	<b>15.30</b>	Gewichtwerpen	M35–40-45 ( 15,88kg)	
	Schol mannen	mijl		J.S.M. Vrouwen	mijl	
			<b>15.45</b>	Cad	vrouwen hoog.	
<b>16.00</b>	J.S.M. Mannen	mijl				
	Cad vrouwen	300m	<b>16.00</b>	Cad.	Mannen Ver	
	Cad mannen	300m		Cad-Schol-J-S-M-	Mannen Polsstok	
	Schol vrouwen	300m				
	Schol mannen	300m				
	J.S.M. vrouwen	300m	<b>16.30</b>	Gewichtwerpen	M 50 – M 55 ( 11,34 kg)	
	J.S.M. mannen	300m		J-S-M	Vrouwen Speer	
<b>16.30</b>	J.S.M. mannen	3000		Schol	Mannen Kogel	
	J.S.M. vrouwen	3000		J		2