

Onderlinge Clubcompetitie

Wat : 3 wedstrijden van 3 onderdelen (zie bijlage)

Wie : Alle HAC'63 atleten

Wanneer : zaterdag 21 mei 10:00 - 13:00 uur
zaterdag 25 juni 10:00 - 13:00 uur
vrijdag 8 juli 18:00 - 21:00 uur

Prijzen : Per onderdeel zijn punten te verdienen. Voor de atleten met de meeste punten als eindtotaal na 9 onderdelen zijn er per genoemde categorie medailles te winnen.

Kosten: € 15 voor de totale competitie (deelinschrijving niet mogelijk).

Opgeven : Stop dit invulformulier + inschrijfgeld in een gesloten envelop voorzien van je naam en geef dit aan je trainer. Niet betaald = niet ingeschreven.

Let op : De wedstrijden tellen mee voor de clubrecords (zie hac63.nl) maar niet voor limieten.

Hulp : Van ouders van pupillen en junioren verwachten we hulp bij o.a. materiaalploeg, als groepsbegeleider en bij de onderdelen (meten, harken, etc.).
Zonder uw hulp geen wedstrijden.

Naam atleet : _____

Categorie : _____ [M / V]

Betaling : Ik heb € 15 inschrijfgeld bijgevoegd

Ouder helpt : 21 mei 25 juni 8 juli

Naam hulpouder : _____ **Telefoon :** _____



HAC'63 Hoogeveen

Onderlinge Clubcompetitie

Categorieën en onderdelen ()** (Deze is om te bewaren!)

Zaterdag 21 mei 2022 10.00 – 13.00 uur :

Pupillen Mini/C:	bal stoten, hoog, 40 meter
Pupillen B:	bal stoten, hoog, 40 meter
Pupillen A1:	kogel, hoog, 60 meter
Pupillen A2:	kogel, hoog, 60 meter
Junioren D:	kogel, hoog, 60/80 meter
Junioren C:	kogel, hoog, 80/100 meter
Jun B/A/sen/masters:	kogel, hoog, 100 meter
A/VB atleten:	kogel, hoog, 100 meter

Zaterdag 25 juni 2022 10.00 – 13.00 uur :

Pupillen Mini/C:	vortex, ver, 600 meter
Pupillen B:	vortex, ver, 1000 meter
Pupillen A1:	vortex, ver, 1000 meter
Pupillen A2:	vortex, ver, 1000 meter
Junioren D:	speer, ver, 1000 meter
Junioren C:	speer, ver, 1000 meter
Jun B/A/sen/masters:	speer, ver, 1000 meter
A/VB atleten:	speer, ver, 1000 meter (aangepaste afstand waar nodig)

Vrijdag 8 juli 2022 18.00 – 21.00 uur :

Pupillen Mini/C:	band slingeren, 40m horden, 4 minuten loop
Pupillen B:	band slingeren, 40m horden, 4 minuten loop
Pupillen A1:	slingeren oefendiscus, 60m horden, 6 minuten loop
Pupillen A2:	slingeren oefendiscus, 60m horden, 6 minuten loop
Junioren D:	discus, 60/80m horden, 300 meter
Junioren C:	discus, 80/100m horden, 300 meter
Jun B/A/sen/masters:	discus, 100/110m horden, 400 meter
A/VB atleten:	discus, 60 meter, 400 meter

Ouder helpt : O 21 mei O 25 juni O 8 juli

** De onderdelen zijn nog enigszins onder voorbehoud.

** Als er wijzigingen optreden wordt u daar via de groepsapp van op de hoogte gebracht.

** Hou rekening met enige uitloop qua tijd. Met name hoogspringen kan lang(er) duren.



HAC'63 Hoogeveen