

A.C. LYRA vzw organiseert:

'KAMPENMEETING'
PK HAMER
PK GEWICHTWERPEN MASTERS

ZONDAG 01 OKTOBER 2017 om 13.00 uur
(hamer om 10.00 uur)

Waar ? 'NETESTADION', Aarschotsesteenweg te LIER

Deelname: € 1,50 per proef

PROGRAMMA

| | DAMES | HEREN |
|------------|------------------------------------|------------------------------------|
| CAD | kogel-speer-hamer-ver-hoog | kogel-speer-hamer-ver-hoog |
| SCH | kogel-speer-hamer-ver-hoog | kogel-speer-hamer-ver-hoog |
| JUN | | kogel-speer-hamer |
| JS | kogel-speer-hamer-ver-hoog-gewicht | kogel-speer-hamer-ver-hoog-gewicht |
| MAS | kogel-speer-hamer-ver-hoog-gewicht | kogel-speer-hamer-ver-hoog-gewicht |

BENADEREND UURSCHEMA

| UUR | KAMPPROEVEN |
|------------|--|
| 10.00 | Hamer Cadetten dames (3.000kg) Hamer Scholieren dames (3.000kg) Hamer Masters W50+ dames (3.000kg) Hamer Masters W75+ dames (2.000kg) |
| 11.15 | Hamer Scholieren heren (5.000kg) Hamer Masters M60-65 (5.000kg) |
| 12.30 | Hamer Cadetten heren (4.000kg) Hamer Masters M70-75 heren (4.000kg) Hamer Masters M80+ heren (3.000kg) |
| 13.00 | Ver AC heren Speer JS heren (800g) Speer Masters Heren M35-45 (800g) Kogel Scholieren heren (5.000kg) Kogel Masters Heren M60-65 (5.000kg) |
| 13.45 | Hamer JS dames (4.000kg) Hamer Masters W35-45 dames (4.000kg) |
| 14.00 | Speer Scholieren heren (700g) Speer Masters Heren M50-55 (700g) Kogel Cadetten heren (4.000kg) Kogel Masters Heren M70-75 (4.000kg) Kogel Masters Heren M80+ (3.000kg) |
| 14.15 | Ver AC Dames |

| | |
|-------|--|
| 15.00 | Hamer Juniors heren (6.000kg) Hamer Masters M50-55 (6.000kg) Hamer Seniors heren (7.260kg) Hamer Masters M35-45 (7.260kg) Speer Cadetten dames (500g) Speer Scholieren dames (500g) Speer Masters dames W50-70 (500g) Speer Masters dames W75+ (400g) Kogel JS dames (4.000kg) Kogel Masters Dames W35-45 (4.000kg) |
| 15.30 | Hoog AC Dames |
| 16.00 | Speer Cadetten heren (600g) Speer Masters Heren M60-65 (600g) Speer Masters Heren M70-75 (500g) Speer Masters Heren M80+ (400g) Kogel Juniors heren (6.000kg) Kogel Masters Heren M50-55 (6.000kg) Kogel Seniors heren (7.260kg) Kogel Masters Heren M35-45 (7.260kg) |
| 16.15 | Gewichtwerpen Seniors Dames (9.08kg) Gewichtwerpen Masters Dames W35-45 (9.08kg) Gewichtwerpen Masters Dames W50-55 (7.26kg) Gewichtwerpen Masters Dames W60-70 (5.45kg) Gewichtwerpen Masters Dames W75+ (4.00kg) |
| 16.45 | Hoog AC Heren |
| 17.00 | Speer JS dames (600g) Speer Masters W35-45 Dames (600g) Kogel Cadetten dames (3.000kg) Kogel Scholieren dames (3.000kg) Kogel Masters Dames W50-70 (3.000kg) Kogel Masters Dames W75+ (2.000kg) |
| 17.30 | Gewichtwerpen Seniors Heren (15.88kg) Gewichtwerpen Masters Heren M35-45 (15.88kg) Gewichtwerpen Masters Heren M50-55 (11.34kg) Gewichtwerpen Masters Heren M60-65 (9.08kg) Gewichtwerpen Masters Heren M70-75 (7.26kg) Gewichtwerpen Masters Heren M80+ (5.45kg) |