

A.C. LYRA vzw organiseert :

'METALYRALYMPICS'

Internationale Meeting voor andersvaliden

Met steun van Stad Lier, Parantee, Sport Vlaanderen, Pidpa en VAL

(Elektronische tijdopname - Medailles - Naturaprijzen)

ZATERDAG 05 oktober 2019 om 10.00 uur

Waar ? 'Netestadion', Aarschotsesteenweg te LIER

UUR	LOOPPROEVEN	KAMPPROEVEN
10.00	Gezamenlijke opwarming op muziek	
10.30	60m Dames 60m Heren	Kogel Heren (groep A) Ver (met aanloop) Dames (groep A)
10.45	100m mixed petrafietsen	Softbal Dames (groep A)
11.00		Ver (met aanloop) Heren (groep A)
11.15	100m Dames – startblok 100m Dames – zonder startblok 100m Heren – startblok 100m Heren – zonder startblok	
11.45	200m mixed petrafietsen	Ver (met aanloop) Dames (groep B) Minispeer Heren (groep A) Kogel Heren (groep C)
12.15	400m Dames – startblok 400m Dames – zonder startblok 400m Heren – startblok 400m Heren – zonder startblok	
12.30		Ver (zonder aanloop) Heren Softbal Heren (groep A) Kogel Heren (groep D)
13.15		Ver (met aanloop) Heren (groep C) Kogel Heren (groep B)
13.30	200m Dames – startblok 200m Dames – zonder startblok 200m Heren – startblok 200m Heren – zonder startblok	
14.00		Ver (met aanloop) Heren (groep D) Kogel Dames (groep A)
14.30	800m Mixed	
14.45		Ver (met aanloop) Heren (groep B) Minispeer dames
15.00	1500m Mixed	Kogel Dames (groep B)
15.30		Ver (zonder aanloop) Dames Softbal Heren (groep B)
16.00	4x100m mixed* 4x100m mixed ouders/trainers*	
16.45	Medaille-uitreiking	

***De aflossingsploegen dienen ten laatste om 15u00 op het secretariaat bekend te zijn!**