

Chronoloog ZAP meerkamp 4 september 2010 georganiseerd door VAV te Veenendaal.
Sportpark Spitsbergen, Grote Beer, afslag Spitsbergenweg.

9.30 uur juryvergadering in het krachthok van VAV.

<u>Loopnummers:</u>	100 m (3s)	10.00	13.00
	80 m (3s)	10.15	13.15
	60 m (3s)	10.30	13.30
	400 m (3s)	10.45	13.45
	800 m (2s)	11.00	14.00
	600 m (2s)	11.15	14.15
	200 m (3s)	11.30	14.30
	1500 m (1s)		15.15

Per ronde:
60 t/m 400 m maximaal 3 series in 6 banen
600 en 800 m maximaal 2 series van 15 deelnemers
1500 m 1 serie van maximaal 15 deelnemers

Technische nummers:

Hoogspringen	(90cm) 10.00	(1.30 m) 11.00	(90cm) 12.00	(1.30 m) 13.15	(90 cm) 14.15	(1.30m) 15.15
Verspringen	10.00	11.40	13.35	15.15		
Hink-stapspringen		10.50		14.25		
Kogel		10.50	12.30	14.25	16.05	
Speer	10.00	11.40	13.35	15.15		
Discus		10.50	12.30	14.25	16.05	

Per ronde:
Hoogspringen maximaal 10 deelnemers en 5 pogingen per deelnemer
Hink-stapspringen maximaal 15 deelnemers en 3 pogingen per deelnemer
(let op: slechts 2 rondes)
Overige nummers maximaal 15 deelnemers en 3 pogingen per deelnemer

Onderstaand de onderdelen per klasse, aanbevolen door de KNAU:

Junioren MD 60m/600m/ver/hoog/kogel/speer/discus.
" JD 80m/600m/ver/hoog/kogel/speer/discus.
" MC 80m/600m/ver/hoog/kogel/speer/discus.
" JC 100m/600m/800m/ver/hoog/kogel/speer/discus.
" MA/MB 100m/200m/400m/800m/ver/hoog/kogel/speer/discus/hinkstapsprong.
" JA/JB 100m/200m/400m/800m/ver/hoog/kogel/speer/discus/hinkstapsprong
H.Sen/H.Vet 100m/200m/400m/800m/ver/hoog/kogel/speer/discus/hinkstapsprong.
D.Sen/D.Vet 100m/200m/400m/800m/ver/hoog/kogel/speer/discus/hinkstapsprong.
Jun. MA/JA, H.Sen/H.Vet/D.Sen/D.Vet 1500m

Geen prijzen.
Wedstrijdsecretariaat VAV. Ina Memelink