

**Trainingspakkenwedstrijd 31 maart 2018 ARV Achilles**

9.45 1500 1 ste serie  
 9.55 1500 2de serie  
 10.05 1500 3de serie

	<b>G Groep(4)</b>	<b>recr (2)</b>	<b>mini/C(18)</b>	<b>B pup (11)</b>	<b>A pup( 19)</b>	<b>MD/C (13)</b>	<b>JD/C( 14)</b>	<b>MB/JB/V/M (12)</b>
10.30	Ver 1	Hoog 2	Hoog 3 (2)	Vortex	Hoog 1			
10.45	40 1s	Kogel 1						
11.00				40 2s				
11.05	Kogel1							
11.10				Hoog 3				
11.15			40 3s					
11.20		ver 1						
11.25					60 4s	Hoog 1	Hoog 2	
11.30			Vortex					Ver2
11.40		80 1s						
11.45	200mtr				ver 1			
12.00		mtrs 6 min						
12.10					Vortex			
12.15			Ver 1	Ver 2				
12.20								Kogel 1
12.30						Speer		
12.35							Ver2	
12.45			mtrs 4min	mtrs 4 min				
13.00					mtrs 6 min			
13.05								100mtr 2s
13.15							100/80	Hoog 1
13.25						80/60	Speer	
13.40						Kogel 1		
14.20						Ver 1	Kogel 1	Speer

15.00

**EINDE WEDSTRIJD**

**Aanvangs- en vervolghoogte:**

<b>mini/C</b>	55-60-65 ectr	<b>MC/JD</b>	100-105-110 ectr
<b>B pup</b>	60-65-70 ectr	<b>MB/JC</b>	110-115-120 ectr
<b>A pup</b>	70-75-80 ectr	<b>MA/JB/V</b>	120-125-130 ectr
<b>MD</b>	90-95-100ectr	<b>JA/M</b>	130-135-140 ectr

**Hoog : pupillen 2 pogingen**

**Overige techn nrs 3 pogingen.**

**Bij sprintonderdelen startnummer op de rug, lange afstand buik. Nummer NIET omvouwen!**