

# CHRONOLOG

## Brabantse Kampioenschappen Pupillen Teams 2019



Atletiek- en hardloopvereniging O.S.S.-VOLO  
Eendenkooi 13, 5223 KG 's-Hertogenbosch

14 september 2019

Tijd	Pupillen A												Pupillen B en C/mini												Tijd
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	
9.30	rd	gl	bl	gr	rd	gl	bl	gr	rd	gl	bl	gr	rd	gl	bl	gr	rd	gl	bl	gr	rd	gl	bl	gr	9.30
9.35	<b>Vergadering teambegeleiders</b>																								9.35
9.40	<i>(voor de garage boxen)</i>																								9.40
9.45	<b>Warming-up teams</b>																								9.45
9.50	<i>onder leiding van trainer/teambegeleider</i>																								9.50
9.55	<b>Estafette</b>																								9.55
10.00	<i>(middenterrein atletiekbaan: eerste pupillen A, aansluitende pupillen B/C/mini)</i>																								10.00
10.05	<i>(middenterrein atletiekbaan: eerste pupillen A, aansluitende pupillen B/C/mini)</i>																								10.05
10.10																									10.10
10.15	<b>Vortex</b> <i>op het gras (5)</i>				<b>Ver</b> <i>In de zandbak (7a)</i>				<b>Sprint</b> <i>60 meter uit blok (2a)</i>				<b>Hoog</b> <i>op de mat (6b)</i>		<b>Stoten</b> <i>medicien bal (4b)</i>		<b>Vortex</b> <i>op het gras (5)</i>				<b>Horden</b> <i>pendelestafette (12)</i>				10.15
10.20																									10.20
10.25																									10.25
10.30																									10.30
10.35																									10.35
10.40	<b>Ver</b> <i>in de zandbak (7a)</i>				<b>Sprint</b> <i>60 meter uit blok (2a)</i>				<b>Vortex</b> <i>op het gras (5)</i>				<b>Stoten</b> <i>medicien bal (4b)</i>		<b>Hoog</b> <i>op de mat (6b)</i>		<b>Horden</b> <i>pendelestafette (12)</i>				<b>Vortex</b> <i>op het gras (5)</i>				10.40
10.45																									10.45
10.50																									10.50
10.55																									10.55
11.00																									11.00
11.05	<b>Sprint</b> <i>60 meter uit blok (2a)</i>				<b>Pauze</b>				<b>Ver</b> <i>In de zandbak (7a)</i>				<b>Horden</b> <i>pendelestafette (12)</i>				<b>Hoog</b> <i>op de mat (6b)</i>		<b>Stoten</b> <i>medicien bal (4b)</i>		<b>Pauze</b>				11.05
11.10																									11.10
11.15																									11.15
11.20																									11.20
11.25																									11.25
11.30	<b>Horden</b> <i>60 meter (3a)</i>				<b>Slingeren</b> <i>op het gras (10a)</i>				<b>Pauze</b>				<b>Pauze</b>				<b>Stoten</b> <i>medicien bal (4b)</i>		<b>Hoog</b> <i>op de mat (6b)</i>		<b>Verspringen</b> <i>in de zandbak vanaf de afzetmat (7b)</i>				11.30
11.35																									11.35
11.40																									11.40
11.45																									11.45
11.50																									11.50
11.55	<b>Pauze</b>				<b>Horden</b> <i>60 meter (3a)</i>				<b>Slingeren</b> <i>op het gras (10a)</i>				<b>Verspringen</b> <i>in de zandbak vanaf de afzetmat (7b)</i>				<b>Pauze</b>				<b>Hoog</b> <i>op de mat (6b)</i>		<b>Stoten</b> <i>medicien bal (4b)</i>		11.55
12.00																									12.00
12.05																									12.05
12.10																									12.10
12.15																									12.15
12.20	<b>Slingeren</b> <i>op het gras (10a)</i>				<b>Vortex</b> <i>op het gras (5)</i>				<b>Horden</b> <i>60 meter (3a)</i>				<b>Vortex</b> <i>op het gras (5)</i>				<b>Verspringen</b> <i>in de zandbak vanaf de afzetmat (7b)</i>				<b>Stoten</b> <i>medicien bal (4b)</i>		<b>Hoog</b> <i>op de mat (6b)</i>		12.20
12.25																									12.25
12.30																									12.30
12.35																									12.35
12.40																									12.40
12.45	<b>Meters maken (4 min.)</b>																								12.45
12.50	<b>Meters maken (4 min.)</b>																								12.50
12.55	<b>Meters maken (6 min.)</b>																								12.55
13.00	<b>Meters maken (6 min.)</b>																								13.00
13.05	<b>Meters maken (6 min.)</b>																								13.05
13.10	<b>Prijsuitreiking</b>																								13.10
13.15	<b>Prijsuitreiking</b>																								13.15

2x toeter      einde ronde (bij hoogspringen mag beurt worden afgemaakt)  
      wisselpauze  
 1x toeter      start onderdeel

Graag aan het einde van elke ronde scorebriefjes (laten) inleveren in de inleverbus op het centrale punt