

Micrometing 30 augustus 2020

Deze meeting wordt georganiseerd binnen de geldende corona-maatregelen. Vandaar volgende **strikte bepalingen:**

- Deze meeting is enkel voor atleten van AVMO.
- Toeschouwers zijn niet toegelaten op het atletiekstadion.
- Het dragen van het mondkapje is verplicht, behalve tijdens de opwarming, de competitie en de cooling-down.
- Bij aankomst en vertrek van het domein dien je het registratieblad te ondertekenen.
- De douches en kleedkamers zijn gesloten.
- De kantine wordt niet uitgebaat. Er kunnen dus geen drankjes aangekocht worden. Het toilet in de kantine is wel toegankelijk.

Deelnemen kan enkel en alleen via voorinschrijving.

De voorinschrijvingen sluiten af op **donderdag 27 augustus om 12:00 uur**.

Het aantal deelnemers is beperkt, Als er 10 inschrijvingen zijn voor een nummer en we hebben slechts 8 deelnemers voorzien, dan starten de eerste 8 en de 2 overige inschrijvers worden als reserve weerhouden. De rangschikking gebeurt volgens het moment dat uw mail bij ons aankomt. Daarom: enkel inschrijven via e-mail aan Rita. Alle andere manieren van inschrijven, zeggen in het clubhuis, telefoneren,... tellen niet als inschrijving

Op vrijdag 28 augustus ontvang je een email met de bevestiging van je deelname en met de concrete afspraken, waaronder het definitieve uurrooster.

Dit is een officiële, homologeerbare wedstrijd, de prestaties tellen dus mee.

Hoe inschrijven:

e-mail aan Rita: rita.debusschere@skynet.be

Met vermelding van je naam, voornaam, categorie en startnummer

Noteer aan welke wedstrijd(en) je wenst deel te nemen.

programma met voorlopige uurrooster

micromeeting 30 augustus

uur	disipline	categorie
14:00	3000 m	SCH/J/S dames
14:15	3000 m	SCH/J/S heren
15:00	100 m	AC Dames
15:10	100 m	AC Heren
15:30	800 m	AC Dames
15:50	800 m	AC heren
16:10	400 m	AC Dames
16:20	400 m	AC heren

uurrooster

uur	disipline	categorie
14:00	hoog	AC heren
14:40	discus	AC dames
15:00	discus	CAD heren
		SCH heren
		J/S heren
15:30	kogel	CAD heren
		SCH heren
		J/S heren
15:50	kogel	CAD/SCH dames
		J/S dames
16:10	ver	AC heren
16:30	ver	AC dames

programma

AC dames: 100 -400 - 800 - ver -discus

CAD

dames kogel

SCH dames 3000 m - kogel

J/S dames 3000 m - kogel

AC heren 100 - 400- 800 - hoog - ver

CAD heren discus - kogel

SCH heren 3000 - discus - kogel

J/S heren 3000 - discus - kogel