

# ZOMERKAMPIOENSCHAPPEN 2019

## 1. SLUITINGSDATA INSCHRIJVINGEN BELGISCHE EN VLAAMSE KAMPIOENSCHAPPEN

Inschrijvingen uitsluitend via Alabus!

Kampioenschap	Datum	Plaats kampioenschap	Sluitingsdatum inschrijvingen ALABUS (10.00 u.), tenzij anders vermeld voor bepaalde kampioenschappen
Bk 10km A.C. en Mas + Bk 3.000st-V	za 4 mei	Oudenaarde (ASVO)	ma 29 april
Bk berglopen A.C. en Mas	za 25 mei	Malmédy (MALM)	rechtstreeks bij organisator
KvV Alle Categorieën	do 30 mei	Heusden (AVT)	wo 22 mei
BK 5.000m AMH	za 8 juni	Lier (LYRA)	
Bk + KvV 100km A.C. en Mas	zo 9 juni	Wingene (DEIN)	rechtstr. bij organisator vóór 26/5
Bk Masters	za-zo 15/16 juni	Sint-Niklaas (ACW)	di 11 juni
Bk snelw. 10.000-V en 20.000-M A.C. en Mas	za 22 juni	Gosselies (GOSP)	rechtstr. bij organisator
KvV hamerslingeren Cad/Sch/Mas	zo 23 juni	Izegem (FLAC)	ma 17 juni
Bk Juniores en Beloften	za 29 juni	Lebbeke (LEBB)	ma 24 juni
Bk werpvijfkamp Masters	zo 30 juni	Sint-Niklaas (ACW)	rechtstr. bij organisator vóór 22/6
KvV meerkampen	za-zo 27/28 juli	Dilbeek (DAC)	rechtstr. bij organisator vóór 21/7
BK 10km op de weg A.C. en Mas	za 3 augustus	Lokeren (AVLO)	rechtstr. bij organisator vóór 29/7
KvV Cad/Schol	do 15 augustus	Oordegem (VS)	do 8 augustus
Bk meerkampen	za-zo 17/18 augustus	Brugge (OB)	ma 12 augustus
Bk hamerslingeren en gewichtwerpen Mas	zo 18 augustus	Merksem (OLSE)	ma 12 augustus
Bk Alle Categorieën + BK AMH	za-zo 31 aug -1 sep	Brussel (KBAB)	ma 26 augustus
Bk hamerslingeren A.C.	Zo 1 september	Machelen (MAC)	ma 26 augustus
Bk hamerslingeren Cad/Sch/Jun/Bel	za 7 september	Ciney (ARCH)	ma 2 september
Bk estafetten	zo 8 september	Merksem (OLSE)	ma 2 september
Bk Cad/Schol + estafetten Juniores	za-zo 14/15 september	Moeskroen (JSMC)	ma 9 september
KvV + PK Masters	za 21 september	Deinze (DEIN)	<u>ter plaatse</u>
BK + KvV ½ Marathon A.C. en Mas	zo 22 september	Wevelgem (FLAC)	rechtstr. bij organisator vóór 10/9
Bk Trail A.C. en Mas	za 28 september	Malmédy (MALM)	rechtstr. bij organisator
Bk Marathon A.C. en Mas	zo 13 oktober	Eindhoven (NED)	rechtstr. bij organisator (datum te bepalen)

\*Later te bepalen:

- KvV Marathon A.C. en Mas
- BK 24u
- BK snelw. 20km-V en 50km-M A.C. en Mas
- BK Ekiden

**Alle gegevens onder voorbehoud van wijzigingen**

## 2. LOOPNUMMERS FINALES

### BELGISCH KAMPIOENSCHAP

	A.C. Brussel 31/8-1/9	JUN/BEL Lebbeke 29/6	CAD/SCH Moeskroen 14-15/9
80H/100H/110H	36 (R) - 8 (Fin)	16 (R) - 8 Fin	8
300H/400H	36 (R) - 8 (Fin)	12 (Finalereeksen)	8
100m	36 (R) - 8 (Fin)	24 (R) - 8 Fin	8
200m	36 (R) - 8 (Fin)	18 (Finalereeksen)	8
400m	36 (R) - 8 (Fin)	12 (Finalereeksen)	8
800m	36 (R) - 8 (Fin)	12 RF	& zie minima (RF)
1500m	32 (R) - 12 (Fin)	15 RF	zie minima (RF)
3000/5000/steeple	20	20 (5000) - 10 (steeple)	zie minima (RF)
10.000m mannen	25 (Oudenaarde)		
10.000 m Masters mannen	30 (Oudenaarde)	M35 - M45 (maar min. 3 van elke categorie)	
10.000 m Masters Mannen	30 (Oudenaarde)	M50+ (maar min. 3 van elke categorie)	
10.000m vrouwen	30 (Oudenaarde)	Sen en Mas	
3000 st vrouwen	10 (Oudenaarde)		

Voor de individuele nummers gebeurt de selectie op basis van de vastgestelde minima (behalve voor Alle Cat., Jun/Bel, Masters en 10.000m Masters)

FINALEPRINCIPE: winnaar van elke reeks + beste verliezende tijden. Als er meer dan 4 reeksen zijn, worden enkel de beste tijden

weerhouden voor de finales.

#### KAMPIOENSCHAP VAN VLAANDEREN

	A.C. Heusden 30/5	CAD/SCH Oordegem 15/8
80H/100H/110H	24 (R) - 8 (Fin)	16 (RF)
300H/400H	24 (RF)	16 (RF)
100m	24 (R) - 8 (Fin)	24 (R) - 8 (Fin)
200m	24 (R) - 8 (Fin)	24 (RF)
400m	24 (RF)	24 (RF)
800m	24 (RF)	24 (RF)
1500m	18 (RF)	18 (RF)
3000/5000/steeple	20	15

#### BK ESTAFETTEN: AANTAL WEERHOUDEN PLOEGEN

	A.C. Merksem 3/9	JUN Moeskroen 10/9	SCH Merksem 3/9	CAD Merksem 3/9	MAS Merksem 3/9	
4x100m	24	16	24	24	18	Jun klass. volgens tijd
4x200m/4x400m/4x800m/4x1500m	geen selectiecriteria					

Voor de selectie van de 4x100m zal er enkel rekening gehouden worden met de ploegentijden.

FINALEPRINCIPE: winnaar van elke reeks + beste verliezende tijden. Als er meer dan 4 reeksen zijn, worden enkel de beste tijden weerhouden voor de finales

#### 3. ORDE DER BANEN VOOR DE FINALES BELGISCHE EN VLAAMSE KAMPIOENSCHAPPEN

\* De theoretisch snelste reeks loopt als laatste

##### 9 BANEN

Tijd in reeks	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Baan	5	6	4	7	3	8	9	2	1	100 / 100H / 110H
Baan	5	6	7	4	8	9	3	2	1	200 / 4x100
Baan	4	5	6	7	8	9	3	2	1	400/800/400H/4x200/4x400/4x800

##### 8 BANEN

Tijd in reeks	1	2	3	4	5	6	7	8	
Baan	4	5	3	6	2	7	8	1	100 / 80H / 100H / 110H
Baan	4	5	6	3	7	2	8	1	200 / 4x100
Baan	3	4	5	6	7	2	8	1	400 / 800 / 300H / 400H / 4x200 / 4x400 / 4x800

##### 7 BANEN

Tijd in reeks	1	2	3	4	5	6	7	
Baan	4	5	3	6	2	7	1	100 / 80H / 100H / 110H

##### 6 BANEN

Tijd in reeks	1	2	3	4	5	6	
Baan	3	4	2	5	1	6	100 / 80H / 100H / 110H
Baan	4	5	6	3	2	1	200 / 4x100
Baan	3	4	5	6	2	1	400 / 300H / 400H / 4x200 / 4x400 / 4x800
Baan	3	4	5	2	1	1	6 6 800

#### 4. BELGISCH KAMPIOENSCHAP EN KAMPIOENSCHAP VAN VLAANDEREN MANNEN EN VROUWEN: KAMPNUMMERS

Bk (+ KvV) Alle Categorieën: kampnummers zondag: max. 12 atleten per nummer. Enkel de 8 beste gaan naar de finale.

Bk (+ KvV) Masters: beste 8 per leeftijdscategorie naar finale met 3 bijkomende pogingen

Bk Jun/Bel: max. 10 atleten van elke categorie

Bk Cad/Sch: zie minima bij punt 8.

KvV Cad/Sch: 12 atleten per nummer

5. HOOGTEN VAN DE LAT**BELGISCH en VLAAMS KAMPIOENSCHAP****HOOGSPRINGEN****MANNEN**

Alle Categorieën	1.85 / 1.90 / 1.95 / 1.98 / 2.01 / 2.04 / 2.07 / 2.09	+ 2 cm
Juniors/Beloften	1.65 / 1.70 / 1.75 / 1.80 / 1.85 / 1.90 / 1.93 / 1.96 / 1.99 / 2.02	+ 2 cm
Scholieren	1.65 / 1.70 / 1.75 / 1.80 / 1.85 / 1.88 / 1.91 / 1.94 / 1.97	+ 2 cm
Cadetten	1.55 / 1.60 / 1.65 / 1.70 / 1.73 / 1.76 / 1.79 / 1.82	+ 2 cm

**VROUWEN**

Alle Categorieën	1.50 / 1.55 / 1.60 / 1.65 / 1.68 / 1.71 / 1.74 / 1.77 / 1.80	+ 2 cm
Juniors/Beloften	1.40 / 1.45 / 1.50 / 1.53 / 1.56 / 1.59	+ 2 cm
Scholieren	1.45 / 1.50 / 1.55 / 1.60 / 1.63 / 1.66 / 1.69	+ 2 cm
Cadetten	1.45 / 1.50 / 1.55 / 1.60 / 1.63 / 1.66 / 1.69	+ 2 cm

**POLSSTOKSPRINGEN****MANNEN**

Alle Categorieën	4.20 / 4.40 / 4.60 / 4.80 / 4.90 / 5.00 / 5.10 / 5.20 / 5.25	+ 5 cm
Juniors/Beloften	3.00 / 3.20 / 3.40 / 3.60 / 3.80 / 4.00 / 4.20 / 4.30 / 4.40 / 4.50 / 4.60	+ 5 cm
Scholieren	3.20 / 3.40 / 3.60 / 3.80 / 3.90 / 4.00 / 4.10	+ 5 cm
Cadetten	2.70 / 2.90 / 3.10 / 3.20 / 3.30 / 3.40 / 3.50 / 3.60	+ 5 cm

**VROUWEN**

Alle Categorieën	3.20 / 3.40 / 3.60 / 3.75 / 3.90 / 4.00 / 4.10 / 4.20	+ 5 cm
Juniors/Beloften	2.20 / 2.40 / 2.60 / 2.80 / 2.90 / 3.00 / 3.10	+ 5 cm
Scholieren	2.20 / 2.40 / 2.50 / 2.60 / 2.70 / 2.80 / 2.90 / 3.00 / 3.10	+ 5 cm
Cadetten	2.10 / 2.30 / 2.50 / 2.60 / 2.70 / 2.80 / 2.90	+ 5 cm

**BELGISCH EN VLAAMS KAMPIOENSCHAP MEERKAMPEN****HOOGSPRINGEN**

Juniors + Alle Cat. mannen	1.45 / 1.50 / 1.55 / 1.60 / 1.65 / 1.70 / 1.75 / 1.78	+ 3 cm
Scholieren mannen	1.40 / 1.45 / 1.50 / 1.55 / 1.60 / 1.65 / 1.70 / 1.73	+ 3 cm
Cadetten mannen	1.35 / 1.40 / 1.45 / 1.50 / 1.55 / 1.60 / 1.65 / 1.68	+ 3 cm
Juniors + Alle Cat. vrouwen	1.25 / 1.35 / 1.40 / 1.45 / 1.50 / 1.55 / 1.58 / 1.61	+ 3 cm
Scholieren vrouwen	1.25 / 1.30 / 1.35 / 1.40 / 1.45 / 1.50 / 1.55 / 1.58	+ 3 cm
Cadetten vrouwen	1.15 / 1.20 / 1.25 / 1.30 / 1.35 / 1.40 / 1.45 / 1.48	+ 3 cm
Mas vrouwen	1.05 / 1.10 / 1.15 / 1.20 / 1.25 / 1.30 / 1.35 / 1.40	+ 3 cm
Mas mannen	1.15 / 1.20 / 1.25 / 1.30 / 1.35 / 1.40	+ 3 cm

**POLSSTOKSPRINGEN**

Alle Cat. mannen	2.80 / 3.00 / 3.20 / 3.40 / 3.60 / 3.70	+ 10 cm
Juniors mannen	2.60 / 2.80 / 3.00 / 3.20 / 3.40 / 3.50	+ 10 cm
Scholieren mannen	2.40 / 2.60 / 2.80 / 3.00 / 3.20 / 3.30	+ 10 cm
Cadetten mannen	2.00 / 2.20 / 2.40 / 2.60 / 2.80 / 2.90	+ 10 cm

6. PLANK HINKSTAPSPRINGEN BELGISCH EN VLAAMS KAMPIOENSCHAP

Masters mannen	5m, 7m, 9m	Masters vrouwen	5m, 7m, 9m
Alle Categorieën mannen	11m en 13 m	Alle Categorieën vrouwen	9m en 11 m
Juniors/Beloften mannen	11m en 13 m	Juniors/Beloften vrouwen	9m en 11 m
Scholieren Mannen	11m en 13 m	Scholieren Vrouwen	7m en 9 m
Cadetten Mannen	9m en 11 m	Cadetten Vrouwen	7m en 9 m

De keuze van de plank is definitief voor gans de wedstrijd.

## 7. BELGISCH KAMPIOENSCHAP MEERKAMPEN - Aantal weerhouden atleten

	Seniores	Juniores	Scholieren	Cadetten
MANNEN	12	12	18	24
VROUWEN	12	12	18	24

\* Masters: géén quota wat betreft aantal deelnemers. De Master-atleet wordt geselecteerd als hij ~~outdoor-2018~~/indoor 2019/ outdoor 2019 een meerkamp beëindigd heeft of outdoor 2019 een prestatie heeft in 4 individuele nummers van de betreffende meerkamp. Er is 1 podium voor Masters vrouwen en 2 podia voor Masters mannen (M35-45 en M50+)

## 8. SELECTIEMINIMA BELGISCH KAMPIOENSCHAP CADETTEN EN SCHOLIEREN

De minima worden toegepast, maar indien er onvoldoende atleten in aanmerking komen, kan de selectie aangevuld worden door de technische directie.

Voor A.C., Jun/Bel en Masters wordt enkel een vast aantal atleten toegelaten (zie punt 2).

<b>MANNEN</b>	<b>Cadetten</b>	<b>Scholieren</b>
100m	12.40	11.80
200m	25.50	23.90
400m	58.50	54.00
800m	2.11.50	2.02.50
1500m	4.30.00	4.17.00
3000m	/	9.20.00
100H/110H	17.80	18.00
300H/400H	47.50	63.00
1500st	4.58.00	/
2000st	/	6.45.00
Hoogspringen	1.65	1.80
Polstokspringen	3.10	3.50
Verspringen	5.50	6.20
Hinkstapsprong	11.00	12.10
Kogelstoten	12.25	12.75
Discuswerpen	40.00	37.50
Speerwerpen	40.00	46.50
Hamerslingeren	25.00	28.00

<b>VROUWEN</b>	<b>Cadetten</b>	<b>Scholieren</b>
100m	13.30	13.20
200m	27.65	27.40
400m	1.04.40	1.03.40
800m	2.27.00	2.27.00
1500m	5.07.00	5.05.00
3000m	/	11.30.00
80H/100H	13.80	18.00
300H/400H	51.70	1.16.00
1500st	5.55.00	/
2000st	/	8.00.00
Hoogspringen	1.53	1.55
Polstokspringen	2.50	2.60
Verspringen	4.95	5.10
Hinkstapsprong	10.00	10.10
Kogelstoten	10.50	11.50
Discuswerpen	27.00	30.00
Speerwerpen	31.00	33.00
Hamerslingeren	20.00	25.00

## 9. BELGISCH KAMPIOENSCHAP MASTERS

### AANVANGSHOOGTEN HOOG EN POLSSTOK MANNEN

#### *Hoogspringen\**

Mas M35-40-45	1.25 / 1.35 / 1.40	+ 5cm
Mas M50+	0.85	+ 5 cm

Mas W35+ 0.85 / 0.90 / 0.95 / 1.00 + 3 cm

*Polsstokspringen\**

Mas M35-45-50 2.00 / 2.20 / 2.40 + 10 cm  
 Mas M50+ 1.20 / 1.40 / 1.60 + 10 cm  
 Mas W35+ 1.20 / 1.40 + 10 cm

\*Vanaf 3 atleten of minder: hoogspringen + 2 cm en polsstok + 5 cm

HOOGTEN VAN DE HORDEN, GEWICHT WERPTUIGEN + PLANK HINKSTAPSPRINGEN

	<b>M35-45</b>	<b>M50-55</b>	<b>M60-65</b>	<b>M70-75</b>	<b>M80+</b>
80H	/	/	/	0,762	0,686
100H	/	91,4cm	84,0cm	/	/
110H	100cm	/	/	/	/
300H	/	/	76,2cm	68,6cm	68,6cm
400H	91,4cm	84,0cm	/	/	/
2000st	/	/	76,2cm	76,2cm	76,2cm
3000st	91,4cm	91,4cm	/	/	/
Hinkstapspringen	5/7/9 m	5/7/9 m	5/7/9 m	5/7/9 m	5/7/9 m
Kogelstoten	7,260kg	6kg	5kg	4kg	3kg
Discuswerpen	2kg	1,5kg	1kg	1kg	1kg
Speerwerpen	800g	700g	600g	500g	400g
Hamerslingeren	7,260kg	6kg	5kg	4kg	3kg
Gewichtwerpen	15,88kg	11,34kg	9,08kg	7,26kg	5,45kg

\*Gewichten werptuigen EN afstanden en hoogten horden hogere categorieën: zie IAAF-reglement op de site van de VAL

HOOGTEN VAN DE HORDEN, GEWICHT WERPTUIGEN + PLANK HINKSTAPSPRINGEN

	<b>W35</b>	<b>W40-45</b>	<b>W50-55</b>	<b>W60-65</b>	<b>W70</b>	<b>W75+</b>
80H	/	76,2cm	76,2cm	68,6cm	68,6cm	68,6cm
100H	84cm	/	/	/	/	/
200H	/	/	/	/	68,6cm	68,6cm
300H	/	/	76,2cm	68,6cm		
400H	76,2cm	76,2cm				
2000st	76,2cm	76,2cm	76,2cm	76,2cm	76,2cm	76,2cm
Hinkstapspringen	5/7/9 m	5/7/9 m	5/7/9 m	5/7/9 m	5/7/9 m	5/7/9 m
Kogelstoten	4kg	4kg	3kg	3kg	3kg	2kg
Discuswerpen	1kg	1kg	1kg	1kg	1kg	750g
Speerwerpen	600g	600g	500g	500g	500g	400g
Hamerslingeren	4kg	4kg	3kg	3kg	3kg	2kg
Gewichtwerpen	9,08 kg	9,08kg	7,26kg	5,45kg	5,45kg	4kg

\*Gewichten werptuigen EN afstanden en hoogten horden hogere categorieën: zie IAAF-reglement op de site van de VAL

**INFO BELGISCHE EN VLAAMSE KAMPIOENSCHAPPEN***(onder voorbehoud van eventuele wijzigingen)*Tijdschema's zijn terug te vinden op <http://www.atletiek.be/competitie/atleten/outdoor-piste>BELGISCH KAMPIOENSCHAP10 KM A.C. en Mas + 3.000 STEEPLE VROUWEN

OUDENAARDE (org. ASVO) - zaterdag 4 mei

Aantal banen: 8 recht en 6 rondom

Medailleverdeling:

- 10.000m A.C.-V: 1 podium (vanaf Jun)
- 10.000m A.C.-M: 1 podium (vanaf Jun)
- 10.000m Mas-V: podium per leeftijdsgroep
- 10.000m Mas-M: podium per leeftijdsgroep
- 3.000st A.C.-V: 1 podium (vanaf Jun)

Inschrijvingsgeld atleet: €2,00/nr  
(via de clubrekening)BELGISCH KAMPIOENSCHAPBERGLOPEN A.C. en Mas

MALMEDY (Org. MALM) - zaterdag 25 mei

Meer info via de organiserende vereniging

Medailleverdeling:

- A.C.-V: 1 podium (vanaf Sen)
- A.C.-M: 1 podium (vanaf Sen)
- Jun-V: 1 podium
- Jun-M: 1 podium
- Mas-V: podium 35-45 en 50+
- Mas-M: podium 35-45 en 50+

KAMPIOENSCHAP VAN VLAANDERENALLE CATEGORIEËN

HEUSDEN (org. AVT) - donderdag 30 mei (Hamer in Hasselt)

Aantal banen: 8 recht / 8 rondom

Medailleverdeling:

- A.C.-V: 1 podium (vanaf Cad)
- A.C.-M: 1 podium (vanaf Cad)

Prijs toeschouwers: €5,00  
Inschrijvingsgeld atleet: €2,00/nr  
(via de clubrekening)BELGISCH KAMPIOENSCHAP5.000m AMH

LIER (org. LYRA) - zaterdag 8 juni

Meer info via de organiserende vereniging

Prijs toeschouwers: €5,00  
Inschrijvingsgeld atleet: €2,00/nr.BELGISCH KAMPIOENSCHAP + KAMPIOENSCHAP VAN VLAANDEREN100KM A.C. en Mas

WINGENE (org. DEIN) - zondag 9 juni

8.00 Jun, Sen, Mas 100km

Meer info via de organiserende vereniging

Medailleverdeling:

- A.C.-V: 1 podium (vanaf Jun)
- A.C.-M: 1 podium (vanaf Jun)
- Mas-V: podium 35-45 en 50+
- Mas-M: podium 35-45 en 50+

BELGISCH KAMPIOENSCHAPMASTERS

SINT-NIKLAAS (org. ACW) - zaterdag 15 en zondag 16 juni

Aantal banen: 8 recht / 8 rondom

Medailleverdeling:

- Mas-V: podium per leeftijdsgroep
- Mas-M: podium per leeftijdsgroep

Prijs toeschouwers: €5,00/dag - €7,00/weekend  
Inschrijvingsgeld atleet: €5,00/nr  
(voor organiserende vereniging, via de clubrekening)

BELGISCH KAMPIOENSCHAPSNELWANDELEN 10.000 VROUWEN en 20.000 MANNEN A.C. en Mas

GOSSELIES (org. GOSP) - zaterdag 22 juni

16.00	Vrouwen	10.000 sw
	Mannen	20.000 sw

Inschrijven via mail: [fc660045@skynet.be](mailto:fc660045@skynet.be)

Medailleverdeling:

- A.C.-V: 1 podium (vanaf Jun)
- A.C.-M: 1 podium (vanaf Jun)
- Mas-V: podium 35-45 en 50+
- Mas-M: podium 35-45 en 50+

KAMPIOENSCHAP VAN VLAANDERENHAMERSLINGEREN CAD/SCH/MAS

IZEGEM (org. FLAC) - zondag 23 juni

Medailleverdeling:

- Mas-V: podium per leeftijdsgroep
- Mas-M: podium per leeftijdsgroep

Prijs toeschouwers: /  
 Inschrijvingsgeld atleet: €2,00/nr  
 (via clubrekening)

BELGISCH KAMPIOENSCHAPJUNIORES EN BELOFTEN (°97-98-99)

LEBBEKE (org. LEBB) - zaterdag 29 juni

Aantal banen: 8 recht / 6 rondom

Prijs toeschouwers: €5,00  
 Inschrijvingsgeld atleet: €2,00/nr  
 (via clubrekening)

BELGISCH KAMPIOENSCHAPWERPVIJFKAMP MASTERS (OPEN)

SINT-NIKLAAS (org. ACW) - zondag 30 juni

Medailleverdeling:

- Mas-V: podium per leeftijdsgroep
- Mas-M: podium per leeftijdsgroep

Prijs toeschouwers: /  
 Inschrijvingsgeld atleet: €10,00  
 (voor organiserende vereniging, ter plaatse te betalen)

KAMPIOENSCHAP VAN VLAANDERENMEERKAMPEN CAD/SCH/JUN/SEN/MAS

DILBEEK (org. DAC) - zaterdag 27 en zondag 28 juli

Aantal banen: 8 recht / 6 rondom

Medailleverdeling:

- V: 1 podium Cad, Sch, Jun en Sen apart
- M: 1 podium Cad, Sch, Jun en Sen apart
- Mas-V: podium 35-45 en 50+
- Mas-M: podium 35-45 en 50+

Prijs toeschouwers: €5,00/dag - €7/weekend  
 Inschrijvingsgeld atleet: €5,00/meerkamp  
 (voor organiserende vereniging, ter plaatse te betalen)

BELGISCH KAMPIOENSCHAP10KM OP DE WEG A.C. en Mas

LOKEREN (org. AVLO) - zaterdag 3 augustus

Medailleverdeling:

- A.C.-V: 1 podium (vanaf Cad)
- A.C.-M: 1 podium (vanaf Cad)
- Mas-V: podium per leeftijdsgroep
- Mas-M: podium per leeftijdsgroep

Inschrijvingsgeld atleet: €10,00  
 (voor organiserende vereniging, vooraf te betalen)

KAMPIOENSCHAP VAN VLAANDERENCADETTEN EN SCHOLIEREN

OORDEGEM (org. VS) - donderdag 15 augustus

Aantal banen: 8 in rechte lijn en 8 rondom

Prijs toeschouwers: €5,00  
 Inschrijvingsgeld atleet: €2,00/nr  
 (via clubrekening)

BELGISCH KAMPIOENSCHAPMEERKAMPEN CAD/SCH/JUN/SEN/MAS

Prijs toeschouwers: €5,00/dag - €7,00/weekend

BRUGGE (org. OB) - zaterdag 17 en zondag 18 augustus

Medailleverdeling:

- V: 1 podium Cad, Sch, Jun en Sen apart
- M: 1 podium Cad, Sch, Jun en Sen apart
- Mas-V: podium 35-45 en 50+
- Mas-M: podium 35-45 en 50+

Inschrijvingsgeld atleet: €5,00/meerkamp  
(voor organiserende vereniging, via clubrekening)

#### BELGISCH KAMPIOENSCHAP

##### HAMERSLINGEREN EN GEWICHTWERPEN MASTERS

MERKSEM (org. OLSE) - zondag 18 augustus

Medailleverdeling:

- Mas-V: podium per leeftijdsgroep
- Mas-M: podium per leeftijdsgroep

Prijs toeschouwers: /  
Inschrijvingsgeld atleet: €2,00/nr  
(via clubrekening)

#### BELGISCH KAMPIOENSCHAP

##### ALLE CATEGORIEËN + AMH

BRUSSEL (org. KBAB) - zaterdag 31 augustus en zondag 1 september  
(Hamer in Machelen)

Aantal banen: 9 recht /9 rondom

Medailleverdeling:

- A.C.-V: 1 podium (vanaf Cad)
- A.C.-M: 1 podium (vanaf Cad)

Prijs toeschouwers: za: €6,00 - zo: €7,50 - weekend: €12,00

Inschrijvingsgeld atleet: €2,00/nr  
(via clubrekening)

#### BELGISCH KAMPIOENSCHAP

##### HAMERSLINGEREN CAD/SCH/JUN/BEL

CINEY (org. ARCH) - zaterdag 7 september

Prijs toeschouwers: /  
Inschrijvingsgeld atleet: €2,00/nr  
(via clubrekening)

#### BELGISCH KAMPIOENSCHAP

##### ESTAFETTEN ALLE CATEGORIEËN

MERKSEM (org. OLSE) - zondag 8 september

Aantal banen: 8 in rechte lijn en 8 rondom

Medailleverdeling:

- V: 1 podium Cad, Sch, A.C. (vanaf Cad) en Mas apart
- M: 1 podium Cad, Sch, A.C. (vanaf Cad) en Mas apart

Prijs toeschouwer: €5,00  
Inschrijvingsgeld atleet: €5,00/ploeg  
(via clubrekening)

#### BELGISCH KAMPIOENSCHAP

##### CADETTEN EN SCHOLIEREN + ESTAFETTEN JUNIORES

MOESKROEN (org. JSMC) - zaterdag 14 en zondag 15 september

Aantal banen: 8 in rechte lijn en 8 rondom

Prijs toeschouwers: €5,00/dag - €7,00/weekend  
Inschrijvingsgeld atleet: €2,00/nr - €5,00/ploeg  
(via clubrekening)

#### KAMPIOENSCHAP VAN VLAANDEREN

##### MASTERS (+ PK)

DEINZE (org. DEIN) - zaterdag 21 september

Aantal banen: 10 in rechte lijn en 8 rondom

Medailleverdeling:

- Mas-V: podium per leeftijdsgroep
- Mas-M: podium per leeftijdsgroep

Prijs toeschouwers: gratis  
Inschrijvingsgeld atleet: €5,00/nr  
(voor organiserende vereniging, ter plaatse te betalen)

#### BELGISCH KAMPIOENSCHAP + KAMPIOENSCHAP VAN VLAANDEREN

##### ½ MARATHON A.C. EN MAS

WEVELGEM (org. FLAC) - zondag 22 september

Tijdschema via organiserende vereniging

Medailleverdeling:

- A.C.-V: 1 podium (vanaf Jun)
- A.C.-M: 1 podium (vanaf Jun)
- Mas-V: podium per leeftijdsgroep
- Mas-M: podium per leeftijdsgroep



BELGISCH KAMPIOENSCHAPTRAIL A.C. EN MAS

---

MALMÉDY (org. MALM) - zaterdag 28 september

## Medailleverdeling:

- A.C.-V: 1 podium (vanaf Jun)
- A.C.-M: 1 podium (vanaf Jun)
- Mas-V: podium 35-45 en 50+
- Mas-M: podium 35-45 en 50+

BELGISCH KAMPIOENSCHAPMARATHON A.C. en Mas

---

EINDHOVEN (NED) - zondag 13 oktober

10.00 Allen Marathon

## Medailleverdeling:

- A.C.-V: 1 podium (vanaf Jun)
- A.C.-M: 1 podium (vanaf Jun)
- Mas-V: podium per leeftijdsgroep
- Mas-M: podium per leeftijdsgroep

BELGISCH KAMPIOENSCHAP24u A.C. en Mas

---

(Nog niet gepland in 2019)

## Medailleverdeling:

- A.C.-V: 1 podium (vanaf Jun)
- A.C.-M: 1 podium (vanaf Jun)
- Mas-V: podium 35-45 en 50+
- Mas-M: podium 35-45 en 50+

BELGISCH KAMPIOENSCHAPSNELWANDELEN 20KM-V EN 50KM-M A.C. en Mas

---

(Nog niet gepland in 2019)

## Medailleverdeling:

- A.C.-V: 1 podium (vanaf Jun)
- A.C.-M: 1 podium (vanaf Jun)
- Mas-V: podium 35-45 en 50+
- Mas-M: podium 35-45 en 50+

KAMPIOENSCHAP VAN VLAANDERENMARATHON A.C. en Mas

---

(Nog niet gepland in 2019)

## Medailleverdeling:

- A.C.-V: 1 podium (vanaf Jun)
- A.C.-M: 1 podium (vanaf Jun)
- Mas-V: podium per leeftijdsgroep
- Mas-M: podium per leeftijdsgroep