



## TIJDSHEMA/HORAIRE

# BELGISCH KAMPIOENSCHAP MASTERS CHAMPIONNATS DE BELGIQUE MASTERS

Lokeren (AVLO), za/sa 6/6 –  
zo/di 7/6 2026

Entrée : €8,00/jour (gratuit j/a 13 ans inclus)  
Frais d'inscription: €10/épreuve  
Inscription obligatoire: jusqu'au 1/06/2026, 10:00 (Atletiek.nu) :  
[Samedi](#) / [Dimanche](#)

Inkom : €8,00/dag (gratis tot en met 13j.)  
Inschrijvingsgeld: €10/proef  
Voorinschrijvingen: t/m 1/06/2026 om 10u00 (Atletiek.Nu):  
[Zaterdag](#) / [Zondag](#)

*Horaire susceptible d'être modifié en fonction des inscriptions / Tijdschema onder voorbehoud van inschrijvingen*

### ZATERDAG/SAMEDI

Tijd/Heure	Startgroep/Catégorie	Onderdeel/Epreuve		Afstanden tussen horden Distances entre les haies
10:00	W35+	2000m steeple	0,762	
10:00	M70+	Discus/Disque	1kg	
10:00	M50-M55	Hoog/Hauteur		
10:00	M45	Kogel/Poids	7,26kg	
10:15	M60+	2000m steeple	0,762	
10:30	M35-M40-M45-M50-M55	3000m steeple	0,838	
10:30	W35-W40-W45	Speer/Javelot	600gr	
10:50	W70+	200m H		
11:00	W60-65	300m H	0,686	50 * 35 * 40 (7)
11:00	M60-M65	Discus/Disque	1kg	
11:00	W35+	Hinkstap/Triple-saut		
11:00	M35-M40-M45	Hoog/Hauteur		
11:00	M35-M40	Kogel/Poids	7,26kg	
11:05	M70-M75	300m H	0,686	50 * 35 * 40 (7)
11:10	M60-M65	300m H	0,762	50 * 35 * 40 (7)
11:15	W50-W55	300m H	0,762	50 * 35 * 40 (7)
11:25	W35-W40-W45	400m H	0,762	45 * 35 * 40 (10)
11:30	M55	400m H	0,84	45 * 35 * 40 (10)
11:30	W50-W55	Speer/Javelot	500gr	
11:35	M50	400m H	0,84	45 * 35 * 40 (10)
11:40	M35-M40-M45	400m H	0,914	45 * 35 * 40 (10)
12:00	M70+ - Finale	100m		
12:00	M50	Discus/Disque	1,5kg	
12:00	M60+	Hoog/Hauteur		
12:00	M70-M75	Kogel/Poids	4kg	
12:00	W40-W45	Ver/Longueur		
12:05	M65 - Finale	100m		
12:10	M60 - Finale	100m		
12:15	M55 - Finale	100m		
12:20	M50 - Finale	100m		

12:25	M45 - Finale	100m		
12:30	M40 - Finale	100m		
12:30	W60-W65-W70	Speer/Javelot	500gr	
12:35	M35 - Finale	100m		
13:00	M65+	800m		
13:00	M55	Discus/Disque	1,5kg	
13:00	M65	Kogel/Poids	5kg	
13:00	W50+	Ver/Longueur		
13:10	M55-M60	800m		
13:20	M50	800m		
13:30	M45	800m		
13:40	M40	800m		
13:50	M35	800m		
14:00	W55+	400m		
14:00	M45	Discus/Disque	2kg	
14:00	M60	Kogel/Poids	5kg	
14:00	W35	Ver/Longueur		
14:05	W45-W50	400m		
14:10	W40	400m		
14:15	W35	400m		
14:25	W50+	1500m		
14:35	W35-W40-W45	1500m		
14:45	M70+	200m		
14:50	M65	200m		
14:55	M60	200m		
15:00	M55	200m		
15:00	M35-M40	Discus/Disque	2kg	
15:00	M50-M55	Kogel/Poids	6kg	
15:05	M50	200m		
15:10	M45	200m		
15:15	M40	200m		
15:20	M35	200m		

## ZONDAG/DIMANCHE

Tijd/Heure	Startgroep/Catégorie	Onderdeel/Epreuve		Afstanden tussen horden Distances entre les haies
10:00	W35-W40-W45	5000m		
10:00	M50+	Hinkstap/Triple-saut		
10:00	M35-M40-M45	Speer/Javelot	800gr	
10:30	W50+	5000m		
11:00	W70+	80m H	0,686	11 * 6 * 27 (8)
11:00	W35+	Polstok/Perche		
11:00	M50-M55	Speer/Javelot	700gr	
11:10	M80+	80m H	0,686	11 * 6 * 27 (8)
11:20	W60-W65	80m H	0,686	12 * 7 * 19 (8)
11:30	M70-M75	80m H	0,762	12 * 7 * 19 (8)
11:30	M35-M40-M45	Hinkstap/Triple-saut		

11:40	W50-W55	80m H	0,762	12 * 7 * 19 (8)
11:50	W40-W45	80m H	0,762	12 * 8 * 12 (8)
12:00	M60-M65	100m H	0,84	12 * 8 * 16 (10)
12:10	W35	100m H	0,84	13 * 8,5 * 10,5 (10)
12:15	M60-M65	Speer/ Javelot	600gr	
12:20	M50-M55	100m H	0,914	13 * 8,5 * 10,5 (10)
12:30	M35-M40-M45	110m H	0,991	13,72 * 9*14 * 14*02 (10)
12:30	W35	Kogel/Poids	4kg	
13:00	W60-W65-W70	Discus/Disque	1kg	
13:00	M50+	Polstok/Perche		
13:00	M70+	Ver/Longueur		
13:15	W60+	100m		
13:15	W40	Kogel/Poids	4kg	
13:20	W55	100m		
13:25	W50	100m		
13:30	W45	100m		
13:30	M70-M75	Speer/ Javelot	500gr	
13:35	W40	100m		
13:40	W35	100m		
13:50	M60+	1500m		
14:00	M50-M55	1500m		
14:00	W35	Discus/Disque	1kg	
14:00	W45	Kogel/Poids	4kg	
14:00	M60-M65	Ver/Longueur		
14:10	M45	1500m		
14:20	M40	1500m		
14:30	M35	1500m		
14:40	W55+	800m		
14:45	W40	Discus/Disque	1kg	
14:45	W50	Kogel/Poids	3kg	
14:50	W45-W50	800m		
15:00	W35-W40	800m		
15:00	M50-M55	Ver/Longueur		
15:10	M70+	400m		
15:15	M60	400m		
15:15	M65	400m		
15:20	M55	400m		
15:25	M50	400m		
15:30	M45	400m		
15:30	W45	Discus/Disque	1kg	
15:30	W35+	Hoog/Hauteur		
15:30	W55	Kogel/Poids	3kg	
15:35	M40	400m		
15:40	M35	400m		
15:50	W55+	200m		
15:55	W50	200m		
16:00	W45	200m		

16:00	M35-M40-M45	Polstok/Perche		
16:00	M40-M45	Ver/Longueur		
16:05	W40	200m		
16:10	W35	200m		
16:15	M35	5000m		
16:30	W60-W65-W70	Kogel/Poids	3kg	
16:45	M40-M45	5000m		
16:45	W50-W55	Discus/Disque	1kg	
17:10	M50-M55	5000m		
17:15	M35	Ver/Longueur		
17:35	M60+	5000m		