



**ATLETIEK
VLAANDEREN**

INFO
KVV MASTERS
Zaterdag 7 september 2024
Mechelen (RAM)
Inkom: €8,00 (gratis t/m 13 j.)

1. INSCHRIJVINGSMODALITEITEN

- **Verplichte voorinschrijving via Atletiek.nu (kan door de atleet zelf) t/m 2 september 10u00**
- Inschrijvingen via Atletiek.nu zijn continu te raadplegen/controleren. Er worden dus geen bijkomende inschrijvingen toegelaten. Einddatum inschrijvingen = afsluiten inschrijvingen
- Inschrijvingsgeld atleet: €5,00/nr. (via clubrekening)
- Een atleet mag inschrijven voor maximum 2 nummers
- Inschrijven voor 2 afstanden vanaf 200m is wél toegestaan
- ~~Inschrijven van een buitenlandse (niet aangesloten) atleet gebeurt via aanvraag bij de federatie (josefien@atletiek.be) - voorwaarde: er moet ook een Belgische (Vlaamse) inschrijving zijn op de betreffende proef.~~
- Deelname en voorwaarden voor podium van buitenlandse (aangesloten) atleten: zie de [Sportreglementen](#)

2. PROGRAMMA

MANNEN

100-200-400-800-1500-5000-
80H/100H/110H - 200H/300H/400H-
hoog-ver-pols-hss-kogel-discus-Speer

VROUWEN

100-200-400-800-1500-5000-
80H/100H-300H/400H-hoog-ver-pols-hss -
kogel-discus-Speer

3. SELECTIECRITERIA

3.1. Selectieprincipes
Géén

3.2. Aantal weerhouden atleten / minima:
Géén beperkingen

4. ORDE VAN DE BANEN FINALES

* 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
Baan	4	5	6	7	8	9	3	2	1	400/800/400H

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

28/03/2024

Baan 3 4 5 6 7 2 8 1 400/800/300H/400H

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 6 1 100 / 80H / 100H / 110H
 Baan 4 5 6 3 2 1 200
 Baan 3 4 5 6 2 1 400/300H/400H
 Baan 3 4 5 2 1 1 6 6 800

5. HOOGTE VAN DE HORDEN - GEWICHT WERPTUIGEN - PLANK HINKSTAP

MANNEN	M35-40-45	M50-55	M60-M65	M70-M75	M80+
80H	/	/	/	76.2cm	68.6cm
100H	/	91.4cm	84.0cm	/	/
110H	100cm	/	/	/	/
300H	/	/	76.2cm	68.6cm	68.6cm
400H	91.4cm	84.0cm	/	/	/
2000 st	/	/	76.2cm	76.2cm	76.2cm
3000 st	91.4cm	91.4cm	/	/	/
Hinkstap	5m / 7m / 9m	5m / 7m / 9m	5m / 7m / 9m	5m / 7m / 9m	5m / 7m / 9m
Kogel	7.260kg	6kg	5kg	4kg	3kg
Discus	2kg	1.5kg	1kg	1kg	1kg
Speer	800g	700g	600g	500g	400g
Hamer	7.260kg	6kg	5kg	4kg	3kg
Gewicht	15.88kg	11.34kg	9.08kg	7.26kg	5.45kg

VROUWEN	W35	W40-45	W50-55	W60-65	W70	W75+
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	/	/	/	/
2000 st	76.2cm	76.2cm	76.2cm	76.2cm	76.2cm	76.2cm
Hinkstap	5m / 7m / 9m	5m / 7m / 9m	5m / 7m / 9m	5m / 7m / 9m	5m / 7m / 9m	5m / 7m / 9m
Kogel	4kg	4kg	3kg	3kg	3kg	2kg
Discus	1kg	1kg	1kg	1kg	1kg	750g
Speer	600g	600g	500g	500g	500g	400g
Hamer	4kg	4kg	3kg	3kg	3kg	2kg
Gewicht	9.08kg	9.08kg	7.26kg	5.45kg	5.45kg	4kg

* Specifieke reglementen voor masters: gewichten werptuigen, afstanden tussen horden en hoogtes, zie de WA-reglementen op de website atletiek.be

* HSS: de keuze van de plank is definitief voor de hele wedstrijd

6. HOOGTEN VAN DE LAT

HOOGSPRINGEN

MANNEN

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

VROUWEN

28/03/2024

Mas W35-40-45	1.20 / 1.25 / 1.30	+ 5cm
Mas W50+	0.85 / 0.90 / 0.95 / 1.00	+ 5cm

POLSSTOKSPRINGEN

MANNEN

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

VROUWEN

Mas W35+	1.60	+ 10 cm
----------	------	---------

* Vanaf 3 atleten in wedstrijd: hoog + 2 cm en polsstok + 5 cm

7. MEDAILLEVERDELING

Podium per geslacht, per leeftijdsgroep