

G-athletics 2024

01.05.2024



Programma G-recrea

Jongens / Mannen

50 – 100 (zs) – 200 (zs) – 400 (zs) – 5000
4x100 – 4x400
ver (za) – kogel (3kg) – softbal – minispeer

Wedstrijden kunnen mixed

Geen gebruik van startblokken (zs = zonder startblok)

Geen gebruik van afzetplank (za = zonder afzetplank)

Prestaties worden niet gehomologeerd

Komt niet in aanmerking voor Belgisch podium

Meisjes / Vrouwen

50 – 100 (zs) – 200 (zs) – 400 (zs) – 5000
4x100 – 4x200 – 4x400
ver (za) – kogel (3kg) – softbal – minispeer

Programma Belgisch Kampioenschap

Jongens / Mannen

100 – 200 – 400 – 800 – 1500 -
ver – kogel – hoog – discus – speer

100-200-400 mét startblokken

ver met afzetplank

kogel: VR : 4kg – MN: 7,25kg

discus: VR: 1kg – MN: 2kg

speer: VR: 600g – MN: 800g

Afzonderlijke podia voor U18 100m en ver

Meisjes / Vrouwen

100 – 200 – 400 – 800 – 1500 –
ver – kogel – hoog – discus – speer

In samenwerking met



Voorstel van programma:

| | | | | | | | | |
|---|--|------|-------------------------------------|-------|----|-----------|----|--------------------------|
| 10u00 | 5000m | G | vrouwen en mannen | 10u00 | J1 | softbal | G | mannen en vrouwen |
| 10u45 | 4x100m | G | mixed | | J2 | discus | BK | mannen (2kg) |
| | | | | | | | | |
| 11u30 | 400m | BK | vrouwen (BK) | 11u15 | J1 | kogel | G | vrouwen (3kg) |
| | 400m | G | vrouwen G-recrea (zonder startblok) | | J2 | ver | BK | mannen (mét afzetplank) |
| | | | | | | | | |
| | 400m | BK | mannen (BK) | 11u30 | J1 | kogel | G | mannen (4kg) |
| | 400m | G | mannen G-recrea (zonder startblok) | | J2 | discus | BK | vrouwen (1kg) |
| | | | | | | | | |
| middagssessies met animatie 't Vosje | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| 13u00 | 4x400m | G | mixed | 13u00 | J1 | hoog | BK | vrouwen |
| | | | | | J2 | speer | BK | mannen (800gr) |
| 13u30 | 50m | G | vrouwen en mannen | | J3 | kogel | BK | vrouwen (4kg) |
| | | | | | | | | |
| 13u35 | 100m | G | framerunnen vrouwen en mannen | | | | | |
| | 100m | BK | vrouwen (BK mét startblok) | 13u45 | J1 | hoog | BK | mannen |
| | 100m | G | vrouwen G-recrea (zonder startblok) | | J2 | speer | BK | vrouwen (600gr) |
| | 100m | BK | mannen (BK mét startblok) | | J3 | ver | G | vrouwen en mannen |
| | 100m | G | mannen G-recrea (zonder startblok) | | | | | |
| | | | | | | | | |
| 14u10 | 800m | BK/G | vrouwen (BK) | | | | | |
| | 800m | BK/G | mannen (BK) | | | | | |
| | | | | | | | | |
| 14u30 | 200m | BK | vrouwen (BK mét startblok) | 14u30 | J1 | kogel | BK | mannen (7,25kg) |
| | 200m | G | vrouwen G-recrea (zonder startblok) | | J2 | ver | BK | vrouwen (mét afzetplank) |
| | 200m | BK | mannen (BK) | | J3 | minispeer | G | vrouwen en mannen |
| | 200m | G | mannen G-recrea (zonder startblok) | | | | | |
| | | | | | | | | |
| 15u00 | 1500m | BK/G | vrouwen | | | | | |
| | 1500m | BK/G | mannen | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| 15u30 | afsluiting met overhandiging medailles G-atleten | | | | | | | |