

<b>Programma Landelijke 1 (jongens en meisjes) - Cad/Sch</b>
--

100-200-400-800-1500-80h/100h/110h-300h/400h-hoog-ver-polsst(Jongens)-kogel-discus-speer-4x100

### Tijdschema jongens en meisjes

10.00	Sch M	400h	10.00	Cad M	speer
10.15	Sch V	400h		Cad V	kogel
10.30	Cad M	300h		Sch V	hoog
10.45	Cad V	300h		Sch M	ver
				Cad M	polsstok
			10.30	Sch V	discus
11.00	Cad V	100	11.00	Sch M	speer
11.15	Cad M	100			
11.30	Sch V	100			
11.45	Sch M	100			
12.00	Cad V	800	12.00	Sch V	kogel
12.10	Cad M	800		Sch M	hoog
12.20	Sch V	800		Sch V	ver
12.30	Sch M	800		Sch M	discus
13.30	Cad V	1500	13.30	Cad V	discus
13.45	Cad M	1500		Sch V	speer
14.00	Sch V	1500		Cad M	hoog
14.15	Sch M	1500		Cad V	ver
				Sch M	polsstok
				Cad M	kogel
14.30	Sch M	110H			
14.45	Cad M	100h			
15.00	Sch V	100h	15.00	Cad V	speer
15.15	Cad V	80h		Cad M	discus
15.30	Cad V	200		Cad V	hoog
15.40	Cad M	200		Cad M	ver
15.50	Sch V	200		Sch M	kogel
16.00	Sch M	200			
16.10	Cad V	400			
16.20	Cad M	400			
16.30	Sch V	400			
16.40	Sch M	400			
17.00	Cad V	4x100			
17.10	Cad M	4x100			
17.20	Sch V	4x100			
17.30	Sch M	4x100			

<b>Programma Landelijke 2 (jongens en meisjes) - Cad/Sch</b>
--

100-200-400-800-1500-300h/400h-hoog-ver-kogel-discus -speer-4x100

### Tijdschema jongens en meisjes

10.00	Sch M	400h	10.00	Cad M	speer
10.15	Sch V	400h		Cad V	kogel
10.30	Cad M	300h		Sch V	hoog
10.45	Cad V	300h		Sch M	ver
11.00	Cad V	100	10.30	Sch V	discus
11.15	Cad M	100	11.00	Sch M	speer
11.30	Sch V	100			
11.45	Sch M	100			
12.00	Cad V	800	12.00	Sch V	kogel
12.10	Cad M	800		Sch V	ver
12.20	Sch V	800		Sch M	hoog
12.30	Sch M	800		Sch M	discus
			13.30	Cad V	discus
14.00	Cad V	1500		Sch V	speer
14.15	Cad M	1500		Cad V	ver
14.30	Sch V	1500		Cad M	kogel
14.45	Sch M	1500		Cad M	hoog
15.00	Cad V	200	15.00	Cad V	speer
15.10	Cad M	200		Cad V	hoog
15.20	Sch V	200		Cad M	ver
15.30	Sch M	200		Sch M	kogel
15.40	Cad V	400		Cad M	discus
15.50	Cad M	400			
16.00	Sch V	400			
16.10	Sch M	400			
16.30	Cad V	4x100			
16.40	Cad M	4x100			
16.50	Sch V	4x100			
17.00	Sch M	4x100			

<b>Programma Landelijke 3 (jongens en meisjes) - Cad/Sch</b>
--

100-200-800-1500-300h/400h-hoog-ver-kogel-speer-4x100

**Tijdschema jongens en meisjes**

			12.00	Cad M	speer
				Cad V	kogel
				Sch V	hoog
				Sch M	ver
12.30	Sch M	400h			
12.45	Sch V	400h			
13.00	Cad M	300h	13.00	Sch M	speer
				Sch V	kogel
				Sch V	ver
13.15	Cad V	300h	13.15	Sch M	hoog
13.30	Cad V	100			
13.40	Cad M	100			
13.50	Sch V	100			
14.00	Sch M	100			
14.10	Cad V	800			
14.20	Cad M	800			
14.30	Sch V	800	14.30	Sch V	speer
14.40	Sch M	800		Cad V	ver
15.00	Cad V	1500		Cad M	hoog
15.15	Cad M	1500		Cad M	kogel
15.30	Sch V	1500	15.30	Sch M	kogel
15.45	Sch M	1500	15.45	Cad V	hoog
16.00	Sch V	200	16.00	Cad V	speer
16.10	Sch M	200		Cad M	ver
16.20	Cad V	200			
16.30	Cad M	200			
16.40	Sch V	4x100			
16.50	Sch M	4x100			
17.00	Cad V	4x100			
17.10	Cad M	4x100			