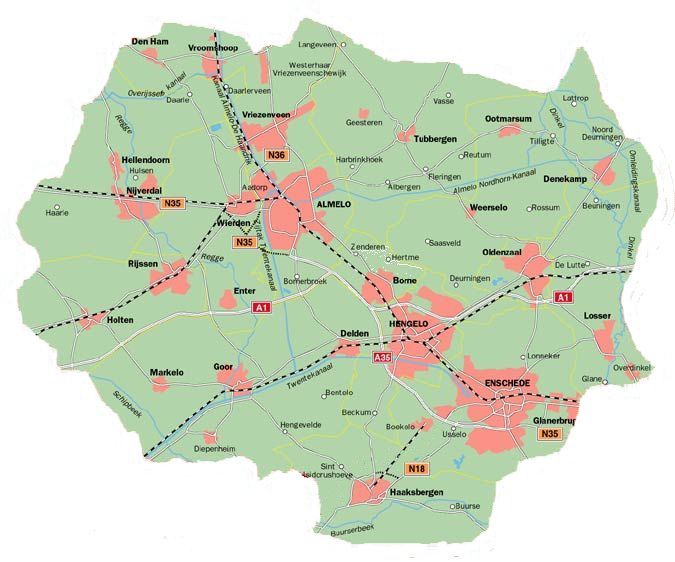
**TWENTS**

**Wedstrijdboekje**

Baan- en indoorwedstrijden van

26 maart 2023 t/m 23 maart 2024

Regio Twente

[](http://www.boeskoolstad.com/)

Uitgegeven door:

Gezamenlijke Twentse Atletiekverenigingen

Versie 2023-03-15

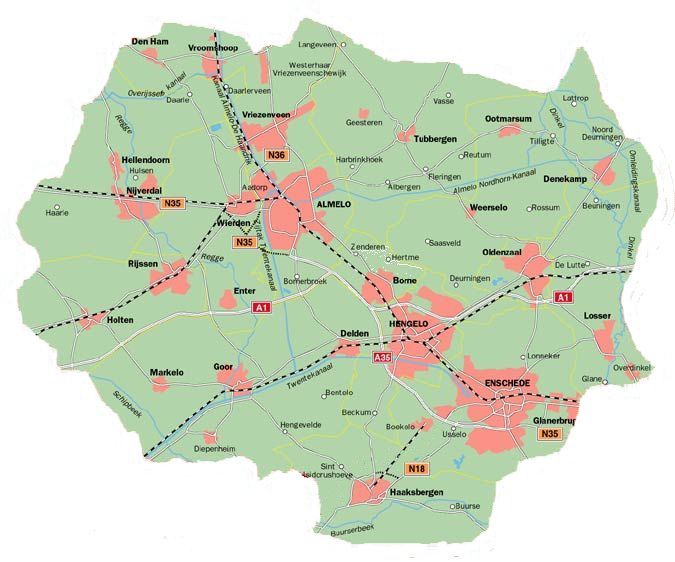
**TWENTS**

**Wedstrijdboekje**

Baan- en indoorwedstrijden van

5 april 2014 t/m 31 maart 2015

Regio Twente

[](http://www.boeskoolstad.com/)

Uitgegeven door:

Gezamenlijke Twentse Atletiekverenigingen

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| avgoor75 | | AC TION logo 2009 | | ASV Logo_ƒ | |
|  | |  | |  | |
| AV Goor ‘75 | | AC TION | | ASV Eibergen | |
|  | |  | |  | |
| C:\Users\Nanny\AppData\Local\Microsoft\Windows\Temporary Internet Files\Content.Outlook\2X62Y809\ASV-logo-RGB.jpg | | https://hardlopen.nl/sites/default/files/styles/organisatie_logo/public/organisatie_logos/Kronos%20logo%20inverted%202.png?itok=zXrU8Tl1 | |  | |
|  | |  | |  | |
| ASV Atletics | | DAV Kronos | | AV Haaksbergen | |
|  | |  | |  | |
|  | | LAAC-logo-klein | |  | |
|  | |  | |  | |
| AV Holten | | LAAC Twente | | A.A.V. SISU | |
|  | |  | |  | |
| **[Marathon Pim Mulier](http://www.mpmhengelo.nl/)** | | Afbeelding met illustratie  Automatisch gegenereerde beschrijving | | ACO logo klein | |
|  | |  | |  | |
| MPM Hengelo | | AV Rijssen | | ACO van Elderen | |
|  | |  | |  | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | |  | |  | |
|  | |  | |  | |
| AV Iphitos | | AV Twenterand | | AV Spurt ‘88 | |
|  | |  | |  | |
|  | |  | |  | |
|  | |  | |  | |
| Loopgroep De Lutte | |  | |  | |
|  | |  | |  | |
|  | |  | | header logo | |
|  | |  | |  | |

**Inhoudsopgave blz**

Voorblad 1

Logo’s verenigingen / organisaties 2

Inhoudsopgave 4

Overzicht baanwedstrijden 5

Inleiding 6

Baanwedstrijden 7

Ligging accommodaties 30

Reglement medaillewedstrijden 31

A en B accommodaties 33

Mijn prestaties 34

Limieten medaillewedstrijden pupillen: U8, U9, U10 en U12 35

Limieten medaillewedstrijden junioren: U14, U16, U18 en U20 36

Data wegwedstrijden 37

Data cross (circuits) 38

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | |  |
| **Leidend zijn de gegevens zoals vermeld op** www.atletiek.nu **en anders op de site van de organiserende vereniging.** | |  |
|  | |  |
|  | |  |
|  | |  |
|  | |  |
|  | |  |
|  | |  |
|  | |  |
|  | |  |
|  | |  |
|  | |  |
|  |  | |
|  |  | |

**Voor het regioboekje 2024 kunt u t.z.t. de gegevens mailen aan** [**ws-pup@action48.nl**](mailto:ws-pup@action48.nl)

**Graag voor 1 maart 2024 zodat het regioboekje medio maart beschikbaar kan komen.**

**Hennie Klootwijk**

**Baanwedstrijden**

Datum Vereniging Soort wedstrijd blz

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 25-mrt | A.A.V. SISU | Junioren en Pupillen |  | 7 |
| 01-apr | AV Haaksbergen | Blokmeerkamp Jun. C/D + Pupillen |  | 8 |
| 14-apr | MPM | Werpdriekamp |  | 9 |
| 15-apr | Atletics Nijverdal | 1e Medaillewedstrijd (A programma) |  | 10 |
| 6-mei | AC TION | 2e Medaillewedstrijd (B programma) |  | 11 |
| 10-mei | DAV Kronos | Johan Knaap Games |  | 12 |
| 01-juni | ACO van Elderen | Baaninstuif |  | 13 |
| 02-juni | AV Rijssen | Baaninstuif |  | 14 |
| 10-juni | AV Goor ‘75 | Pupillenmeerkamp |  | 15 |
| 15-juni | MPM | Baanwedstrijd |  | 16 |
| 17-18 juni | Kronos | NSK |  | 17 |
| 01-juli | AV Rijssen | 2e Athletic Champs Twente |  | 18 |
| 01-juli | ASV Eibergen | Baanwedstrijd Pupillen junioren U18, U20 U23 |  | 19 |
| 12-juli | AAV SISU | Avondwedstrijd (in beraad) |  | 20 |
| 25-aug | AV Goor ‘75 | Werpdriekamp |  | 21 |
| 1-sept | Nader te bepalen | Werpdriekamp |  | 22 |
| 7-sept | ACO van Elderen | Baaninstuif |  | 23 |
| 7-sept | LAAC | Baaninstuif |  | 24 |
| 9-sept | AAV SISU | 3e medaillewedstrijd (A programma) |  | 25 |
| 16-sept | MPM | 3e Athletic Champs Twente |  | 26 |
| 23-sept | AVH | 4e Medaillewedstrijd (B-programma) |  | 27 |
| 15-okt | MPM | Wavelight |  | 28 |
| 19-okt | ACO van Elderen | baaninstuif |  | 29 |
| 21-mrt | ACO van Elderen | baaninstuif |  | 29 |

**Leidend zijn de gegevens zoals vermeld op** www.atletiek.nu **en anders op de site van de organiserende vereniging** Inleiding

Voor u ligt het wedstrijdboekje voor de Regio Twente uitgegeven door de gezamenlijke atletiekverenigingen. In dit boekje vindt u in chronologische volgorde de **baanwedstrijden** die in de periode  **maart 2023 t/m maart 2024** zullen worden georganiseerd.

Reglement **medaillewedstrijden** zie <http://medaillewedstrijd.feniks-ict.nl/>

**Richtlijnen met betrekking tot inschrijven:**

* **Leidend zijn de gegevens zoals vermeld op** www.atletiek.nu **en anders op de site van de organiserende vereniging.**
* *Wedstrijdlicentie:* Alleen atleten met een zgn. wedstrijdlicentie kunnen deelnemen aan de verschillende baanwedstrijden.
* *Inschrijven:* vindt plaats via www.atletiek.nudoor veelal het eigen wedstrijdsecretariaat..
* *Inschrijfgeld:* Het inschrijfgeld dient gelijk bij de inschrijving te worden voldaan op het vermelde IBAN rekeningnummer of via atletiek.nu.

**Leeftijdsindeling voor 2023.**

|  |  |
| --- | --- |
| U8 minipupillen | 2016 en later |
| U9 pupillen C | 2015 |
| U10 pupillen B | 2014 |
| U12 pupillen A | 2012/2013 |
|  |  |
| U14 junioren D | 2010/2011 |
| U16 junioren C | 2008/2009 |
| U18 junioren B | 2006/2007 |
| U20 junioren A | 2004/2005 |
|  |  |
| senioren | 2003 en eerder |
|  |  |
| Masters mannen | 1988 en eerder |
| Masters vrouwen | 1988 en eerder |

**LET OP**:

per 1 november 2023 wijzigt de leeftijdsindeling voor alle categorieën en dient bij elk jaartal één jaar opgeteld te worden.

Voor Masters geldt dat hun categorie wijzigt op hun verjaardag.

|  |  |
| --- | --- |
| [AAV SISU](https://www.sisu.nl/) | **Junioren en Pupillen** |
| Datum | Zaterdag 25 maart 2023 |
| Organiserende vereniging | A.A.V. SISU |
| Soort wedstrijd | Openingswedstrijd |
| Wedstrijdterrein | Kolthofsingel 44 te Almelo |
| Aanvang wedstrijd | 10.00 uur |
| Voorinschrijving | Via het wedstrijdsecretariaat van uw eigen vereniging  zij verzorgen de aanmelding via [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu)  Sluitingsdatum 16 maart   * € 4,00 meerkamp pupillen * € 1,00 lang looponderdeel pupillen * € 3,00 overige categorieën per onderdeel |
| Opmerkingen | * Loopnummers met ET * ca. 10 minuten voor aanvang van het onderdeel melden bij de jury * 600, 800 en 1000m series op tijd |
| Na-inschrijving | **Niet mogelijk!** |

**Programma’s**

|  |  |
| --- | --- |
| U18 en U20 | 100m / 800m / kogel / hoog |
| Meisjes C | 80m / 1000m / ver / speer |
| Meisjes D | 60m / 1000m / ver / speer |
| Jongens C | 100m / 800m / ver / speer |
| Jongens D | 80m / 1000m / ver / speer |
| Pupillen meisjes A | Meerkamp: 60 m / hoog / kogel 1000m |
| Pupillen meisjes B | Meerkamp: 40m / ver / bal 1000m |
| Pupillen meisjes C | Meerkamp: 40m / ver /bal 600m |
| Pupillen jongens A | Meerkamp: 60m / hoog / kogel 1000m |
| Pupillen jongens B | Meerkamp: 40m / ver / bal 1000m |
| Pupillen jongens C | Meerkamp: 40m / ver /bal 600m |

Chronoloog enuitslagen t.z.t. op [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu)

|  |  |
| --- | --- |
| **Blokmeerkamp** | |
| Datum | Zaterdag 1 april 2023 |
| Organiserende vereniging | AV Haaksbergen |
| Website | www.av-haaksbergen.nl |
| Soort wedstrijd | **AVH - Blokmeerkamp** |
| Wedstrijdterrein | AV Haaksbergen, Scholtenhagenweg in Haaksbergen |
| Aanvang wedstrijd | 10.00 uur |
| Voorinschrijving | Via het wedstrijdsecretariaat van uw eigen vereniging  zij verzorgen de aanmelding via [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu)  Sluitingsdatum 23 maart   * € 3,50 meerkamp (4 onderdelen) pupillen * € 4,50 meerkamp (5 onderdelen) junioren   Betaling:  Bankrekeningnummer AVH: NL94 RABO 0324 2110 66 |
| Opmerkingen | * Pupillen: 10.00 uur t/m 12.30 uur * Junioren: 12.00 uur t/m 16.30 uur * Elektrische tijdwaarneming |
| Na-inschrijving | **Niet mogelijk!** |

**Programma’s**

|  |  |
| --- | --- |
| Meisjes A | **5-kamp**: 100m / 100mH / ver / kogel / 800m |
| Jongens A | **5-kamp:** 100m / 110mH / ver / speer / 1500m |
| Meisjes B | **5-kamp**: 100m / 100mH / ver / kogel / 800m |
| Jongens B | **5-kamp:** 100m / 110mH / ver / speer / 1500m |
| Meisjes C | **5-kamp**: 80m / 80mH / ver / kogel / 600m |
| Jongens C | **5-kamp:** 100m / 100mH / ver / speer / 800m |
| Meisjes D | **5-kamp:** 60m / 60mH / ver / kogel / 600m |
| Jongens D | **5-kamp:** 80m / 80mH / ver / speer / 600m |
| Pupillen meisjes A/  Pupillen jongens A | **4-kamp:** 60m / ver / kogel / 1000m |
| Pupillen meisjes B/  Pupillen jongens B | **4-kamp:** 40m / ver / bal / 1000m |
| Pupillen meisjes C/  Pupillen jongens C | **4-kamp:** 40m / ver / bal / 600m |

Chronoloog en uitslagen t.z.t. op

[www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu) **/** [www.av-haaksbergen.nl](http://www.av-haaksbergen.nl/).

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Werpdriekamp**  **Junioren, senioren en masters** |
| Datum | Vrijdag 14 april 2023 |
| Organiserende vereniging | Marathon Pim Mulier |
| Soort wedstrijd | Individueel |
| Wedstrijdterrein | Fanny Blankers Koen stadion, Kuipersdijk 46, Hengelo |
| Aanvang wedstrijd | 18:00 uur |
| Inschrijfadres/emailadres | Inschrijving via [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu) |
| Inschrijfgeld | Voor inschrijving alle categorieën :   * € 10,00 voor de werpdriekamp   Na-inschrijving alle categorieën:   * € 12,50 voor de werpdriekamp   Betaling:  NL80 INGB 0004 2953 89 ten name van Hengelose Atletiek Vereniging Marathon Pim Mulier |
| Sluitingsdatum inschrijving | 10 april 2023 om 23:55 |
| Na-inschrijving | Vrijdag 14 april tot 17:30 |

Programma

|  |
| --- |
| Met ingang van 2023 wordt er in de regio een werpcompetitie gehouden. Nadere informatie zal nog aan de verenigingen worden gestuurd. De werpdriekampen zullen worden georganiseerd door AC TION, AV Atletics, AV Goor en MPM. Mogelijk dat daar nog 1 of 2 verenigingen bijkomen. Op elke avond zullen er 3 onderdelen op het programma staan. De data die nu bekend zijn, zijn:   * 14 april door MPM * 25 augustus door AV Goor * 1 september organisator nog te bepalen |
|  |

Chronoloog t.z.t op [www.mpmhengelo.nl](http://www.mpmhengelo.nl) en uitslagen t.z.t. op[www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu)

|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\Nanny\AppData\Local\Microsoft\Windows\Temporary Internet Files\Content.Outlook\2X62Y809\ASV-logo-RGB.jpg      **1ste Medaille wedstrijd** | |
| Datum | Zaterdag 15 april 2023 |
| Organiserende vereniging | ASV Atletics Nijverdal |
| Website | [www.atletics.nl](http://www.atletics.nl) |
| Soort wedstrijd | Medaille wedstrijd A programma |
| Wedstrijdterrein | Van Heerdtweg 5 Nijverdal |
| Aanvang wedstrijd | 10:00 uur |
| Inschrijven via | [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu) |
| Inschrijfgeld | € 5,00 |
| Betaling via | www.atletiek.nu |
| Sluitingsdatum inschrijving | Zaterdag 1 april 2023 |
| Na-inschrijving | **Niet mogelijk!** |
| Opmerkingen | Tijdens deze wedstrijd wordt gebruik gemaakt van Elektronische Tijdwaarneming.  Er worden 4 medaillewedstrijden georganiseerd, waarvoor er 2 programma’s zijn. Het A-Programma wordt op “A” accommodaties uitgevoerd en het B-programma op de “B” accommodaties. Er wordt 2 x het A-programma en 2 x het B-programma uitgevoerd |

|  |  |
| --- | --- |
| **Programma "A"-Medaillewedstrijd** | |
| **Cat** | **Onderdelen** |
| JJA | 800m, Discus, Kogel, Ver |
| JJB | 800m, Discus, Kogel, Ver |
| JJC | 800m, Discus, Kogel, Ver |
| JJD | 80m, Speer, Hoog |
| JPA | 60m, Bal, Hoog |
| JPB | 1000m, Bal, Ver |
| JPC | 600m, Bal, Ver |
| MJA | 80m, Discus, Kogel, Hoog |
| MJB | 80m, Discus, Kogel, Hoog |
| MJC | 80m, Discus, Kogel, Hoog |
| MJD | 600m, Speer, Ver |
| MPA | 1000m, Kogel, Ver |
| MPB | 40m, Kogel, Hoog |
| MPC/Mini | 40m, Bal, Hoog |

Chronoloog en uitslagen op [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu)

|  |  |
| --- | --- |
| **2e medaillewedstrijd regio Twente** | |
| Datum | Zaterdag 6 mei 2023 |
| Website | [www.action48.nl](http://www.action48.nl/) |
| Wedstrijdterrein | Atletiekbaan De Wesselerhoek Geessinkweg 220 Enschede |
| Aanvang wedstrijd | 10.00 uur |
| Voor-inschrijving | Het inschrijfgeld bedraagt:   * pupillen € 5,00 * junioren € 5,00   Inschrijving door het wedstrijdsecretariaat is alleen mogelijk via www.atletiek.nu |
| Sluitingsdatum inschrijving | Vrijdag 21 april 2023 |
| Na-inschrijving | **Niet mogelijk!** |
| Opmerkingen | Tijdens deze wedstrijd wordt gebruik gemaakt van Elektronische Tijdwaarneming.  Er worden 4 medaillewedstrijden georganiseerd, waarvoor er 2 programma’s zijn. Het A-Programma wordt op “A” accommodaties uitgevoerd en het B-programma op de “B” accommodaties. Er wordt 2 x het A-programma en 2 x het B-programma uitgevoerd |

Programma’s

|  |  |
| --- | --- |
| **"B"-Medaillewedstrijd** | |
| **Cat** | **Onderdelen** |
| JJA | 100m, Speer, Hoog |
| JJB | 100m, Speer, Hoog |
| JJC | 100m, Speer, Hoog |
| JJD | 1000m, Kogel, Ver |
| JPA | 1000m, Kogel, Ver |
| JPB | 40m, Kogel, Hoog |
| JPC | 40m, Bal, Hoog |
| MJA | 600m, Speer, Ver |
| MJB | 600m, Speer, Ver |
| MJC | 600m, Speer, Ver |
| MJD | 60m, Kogel, Hoog |
| MPA | 60m, Bal, Hoog |
| MPB | 1000m, Bal, Ver |
| MPC/Mini | 600m, Bal, Ver |

Chronoloog en uitslagen www.Atletiek.nu

|  |  |
| --- | --- |
| **Johan Knaap Games** | |
| Datum | 10 mei 2023 |
| Organiserende vereniging | D.A.V. Kronos |
| Website | [jkg.kronos.nl](http://www.campusloop.nl) |
| Soort wedstrijd | Instuifwedstrijd |
| Wedstrijdterrein | Fanny Blankers Koen Stadion, Hengelo |
| Aanvang wedstrijd | 18:10 |
| Inschrijven via | Atletiek.nu |
| Inschrijfgeld | €4, 25% korting bij elk extra onderdeel |
| Betaling via | Atletiek.nu |
| Sluitingsdatum inschrijving | 6 mei 2023 |
| Na-inschrijving | **Niet mogelijk!** |
| Opmerkingen | * ET en windmeting aanwezig * Op de 800- en 5000 meter wordt er gebruik gemaakt van het wavelight systeem. Een richttijd opgeven kan via het formulier op de website, of door de commissie een mail te sturen. * Steeplechase series zullen alleen op senioren hoogtes (mannen en vrouwen) gelopen worden. Bij een tekort aan inschrijvingen, zal de serie vervallen * U16 categorieën zijn welkom, de onderdelen zullen voor hen echter wel met U18 standaarden worden afgewerkt. * Masters kunnen bij de werponderdelen met hun eigen gewichten werpen * Estafette onderdelen zijn gratis * Wedstrijdupdates zijn ook te zien op ons Instagram account: @johan\_knaap\_games |

Programma

|  |  |
| --- | --- |
| U16-M, U18-M, U20-M, Sen-M, M35+  U16-V, U18-V, U20-V, Sen-V, V35+ | Lopen: 100 meter, 800 meter, 5000 meter  Horden: 400 meter horden, 3000 meter steeplechase  Werpen: Discuswerpen, Kogelstoten  Springen: Hoogspringen, Polsstokhoogspringen, Verspringen  Estafette: 4x100 meter |
| Mix | 4x100 meter estafette |

Meer informatie, oude uitslagen, wedstrijdrecords, foto’s en contactgegevens zijn te vinden op [jkg.kronos.nl](http://www.campusloop.nl)

|  |  |
| --- | --- |
|  | **BAANINSTUIF** |
| Datum | Donderdag 1 juni 2023 |
| Organiserende vereniging | ACOVanElderen |
| Soort wedstrijd | Fysio “de Carrousel” baaninstuif |
| Wedstrijdterrein | Sportpark “Westbroek” , Ommen |
| Aanvang wedstrijd | 19.00 uur |
| Voor-inschrijving | Alleen voorinschrijving via: www.Atletiek.nu  Sluiting 29 mei 23:59u.  Inschrijfgeld   * Meerkamp Mila € 4,00 * Meerkamp sprint € 4,00 |
| Meer info | [www.acovanelderen.nl](http://www.acovanelderen.nl) en www.Atletiek.nu |
| Na-inschrijving | **Niet mogelijk!** |

Programma

|  |  |
| --- | --- |
| Voor alle categorieën van Pupillen C t/m de masters | Meerkamp Mila:   * 1500m * 5000m   Meerkamp Sprint:   * 100m * 200m |

|  |  |
| --- | --- |
| Afbeelding met illustratie  Automatisch gegenereerde beschrijving | **Baaninstuif AV Rijssen**  **Junioren,senioren en Masters** |
| Datum | Vrijdag 2 juni 2023 |
| Organiserende vereniging | AV Rijssen |
| Soort wedstrijd | Instuifwedstrijd voor junioren A/B/C/D, Senioren en Masters |
| Wedstrijdterrein | Sportpark de Koerbelt Arend Baanstraat 107 Rijssen |
| Aanvang wedstrijd | 18.30 uur |
| Inschrijfadres/emailadres | [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu) |
| Inschrijfgeld | Bij voorinschrijving:  1e en 2e onderdeel € 4,00 3e en 4e onderdeel € 3,00.  Betalen vooraf via [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu)  Bij na-inschrijving € 5,00, 3e en 4e onderdeel € 4,00. Betalen bij afhalen startnummer. (contant of per pin) Bij sturen van rekening € 2.50 extra |
| Sluitingsdatum inschrijving | 30 mei 2023 |
| Na-inschrijving | Mogelijk tot half uur voor start van het onderdeel |
| Opmerking | * ET (met windmeting) en EDM. * Ophaal service bij gebruik NS. * Er zijn geen prijzen voor geleverde prestaties. * Op de 3000m wordt wel gestreden om de  “Jan Voortman bokaal”.   Info: baanwedstrijdsecretariaat@avrijssen.nl |

Programma’s

|  |  |
| --- | --- |
| Meisjes junioren D | 60m, 80m, 100m, 200m, 800m, 3000m, verspringen, hoogspringen, speerwerpen, kogelstoten, discuswerpen |
| Jongens junioren D en Meisjes junioren C | 80m, 100m, 200m, 800m, 3000m, verspringen, hoogspringen, speerwerpen, kogelstoten, discuswerpen |
| Jongens junioren C, junioren A en B, Senioren en Masters | 100m, 200m, 800m, 3000m, verspringen, hoogspringen, speerwerpen, kogelstoten, discuswerpen |

Chronoloog en uitslagen t.z.t. op

[www.avrijssen.nl/](http://www.avrijssen.nl/)– Baanwedstrijden – baaninstuif AV Rijssen

www.atletiek.nu



|  |  |
| --- | --- |
| avgoor75 | **Pupillenmeerkamp** |
| Datum | Zaterdag 10 juni 2023 |
| Organiserende vereniging | AV Goor ‘75 |
| Soort wedstrijd | Pupillenwedstrijd |
| Wedstrijdterrein | ‘‘de Horst” Lintelerweg |
| Aanvang wedstrijd | 13.00 uur |
| Inschrijven | Via het wedstrijdsecretariaat van uw eigen vereniging via [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu) |
| Inschrijfgeld | € 5,00 meerkamp  € 1,00 600m/1000m  NL20 RABO 0322 1193 32 tnv AV Goor |
| Sluitingsdatum | 8 juni |
| Meer info | [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu) en [www.avGoor ’75.nl](http://www.avgoor.nl) |
| Na-inschrijving | Mogelijk zolang het chronoloog dit toelaat |
| Extra info | Bij voldoende belangstelling pendelestafette 4x40 meter.  Inschrijving hiervoor gratis op de dag zelf |

Programma’s

|  |  |
| --- | --- |
| Jongens pupillen C | Meerkamp 40m/hoog/bal  600m |
| Meisjes pupillen C | Meerkamp 40m/hoog/bal  600m |
| Jongens pupillen B | Meerkamp 40m/hoog/bal  1000m |
| Meisjes pupillen B | Meerkamp 40m/hoog/bal  1000m |
| Jongens pupillen A | Meerkamp 60m/ver/kogel  1000m |
| Meisjes pupillen A | Meerkamp 60m/ver/kogel  1000m |

Chronoloog en uitslag t.z.t. op: [www.avgoor.nl](http://www.avgoor.nl) en [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu)

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Avondwedstrijd** |
| Datum | Donderdag 15 juni 2022 |
| Organiserende vereniging | Marathon Pim Mulier / LAAC |
| Soort wedstrijd | Instuifwedstrijd |
| Wedstrijdterrein | Fanny Blankers Koen Stadion, Kuipersdijk 46, Hengelo |
| Aanvang wedstrijd | 18:30 |
| Inschrijfadres/emailadres | Inschrijving door het wedstrijdsecretariaat of de atleet is alleen mogelijk via www.atletiek.nu |
| Inschrijfgeld | * Voor-inschrijving: € 3,00 per onderdeel met een maximum van € 6,00 * na-inschrijving: € 4,00 per onderdeel met een maximum van € 8,00 * IBAN-nr NL80 INGB 0004 2953 89) ten name van Hengelose Atletiek Vereniging Marathon Pim Mulier, Caro van Eyckstraat 29, 7558 NJ Hengelo |
| Sluitingsdatum inschrijving | Vrijdag 09 juni |
| Na-inschrijving | Tot 30 minuten voor aanvang van het betreffende onderdeel. De 5000m 30 min voor de eerste serie |

*Voorlopig* Programma (voor het definitieve programma zie [www.mpmhengelo.nl](http://www.mpmhengelo.nl))

|  |  |
| --- | --- |
| Mannen / Veteranen / Jongens Junioren ABCD | 100m / 1000m / 400m / 400m horden / 2000m Steeple / 5000m / Olympische estafette |
| Mannen / Veteranen / Jongens Junioren ABCD | Discuswerpen / hink-stap-sprong / hoogspringen / kogelstoten / polshoog / verspringen |
| Vrouwen / Veteranen / Meisjes Junioren ABCD | 100m / 1000m / 400m / 400m horden / 2000m Steeple / 5000m / Olympische estafette |
| Vrouwen / Veteranen / Meisjes Junioren ABCD | Discuswerpen / hink-stap-sprong / hoogspringen / kogelstoten / polshoog / verspringen |

Chronoloog t.z.t op [www.mpmhengelo.nl](http://www.mpmhengelo.nl) en uitslagen t.z.t. opwww.atletiek.nu

***NB*** de indeling van de 5000m is op basis van de opgeven PR en indien er geen PR is opgegeven start men in de langzame groep. Op dit moment wordt er nog aan het programma gewerkt. Nadere info komt via Atletiek.nu

|  |  |
| --- | --- |
| **NSK Baan** | |
| Datum | 17 en 18 juni 2023 |
| Organiserende vereniging | D.A.V. Kronos |
| Website | [nsk.kronos.nl](http://www.campusloop.nl) |
| Soort wedstrijd | Nationaal Studenten Kampioenschap |
| Wedstrijdterrein | Fanny Blankers Koen Stadion, Hengelo |
| Aanvang wedstrijd | n.t.b. |
| Inschrijven via | www.atletiek.nu |
| Inschrijfgeld | € 4,00 (onder voorbehoud) in ieder geval 25% korting op elk extra onderdeel |
| Betaling via | Atletiek.nu |
| Sluitingsdatum inschrijving | n.t.b. |
| Na-inschrijving | **Niet mogelijk!** |
| Opmerkingen | * Deelname kampioenschap kan alleen met geldig bewijs van inschrijving aan een universiteit of hogeschool * Wedstrijd is ook open voor niet-studenten. Deze zullen buiten mededinging meedoen en komen derhalve niet in aanmerking voor medailles * Bij een volle inschrijving, zullen studenten voorrang krijgen op atleten buiten mededinging * Tweedaags evenement, dus let erop dat bij inschrijving voor meerdere onderdelen, de onderdelen op een verschillende dag kunnen plaatsvinden * Traditioneel het grootste NSK van het jaar, deelnemers uit het hele land |

Programma

|  |  |
| --- | --- |
| Sen-M, Sen-V | Lopen:100 meter, 200 meter, 400 meter, 800 meter, 1500 meter, 5000 meter, 110 meter horden, 400 meter horden, 3000 meter steeplechase  Werpen: Discuswerpen, Kogelstoten, Kogelslingeren, Speerwerpen  Springen: Hoogspringen, Hinkstapspringen, Polsstokhoogspringen, Verspringen  Estafette: Olympische Estafette, 4x100 meter |

Meer informatie, wedstrijdbepalingen, oude uitslagen, wedstrijdrecords, foto’s en contactgegevens zijn te vinden op [jkg.kronos.nl](http://www.campusloop.nl)

|  |  |
| --- | --- |
| Afbeelding met illustratie  Automatisch gegenereerde beschrijving | **Athletics Champs Pupillen** |
| Datum | Zaterdag 1 juli 2023 |
| Organiserende vereniging | AV Rijssen |
| Soort wedstrijd | Athletics Champs (format: kennismakingswedstrijd) |
| Wedstrijdterrein | Sportpark de Koerbelt Arend Baanstraat 107 Rijssen |
| Aanvang wedstrijd | 10.00 uur |
| Inschrijven | Via [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu), € 4,- pp |
| Sluitingsdatum inschrijving | 29 juni 2023 |
| Na-inschrijving | **Niet mogelijk, alleen mutaties binnen het team.** |
| Opmerking | AV Rijssen organiseert deze wedstrijd voor maximaal 12 teams in de categorieën mini/C/B en 12 teams in de categorie A pupillen.  De teams bestaan minimaal uit 6 en maximaal uit 11 pupillen. Jongens en meisjes kunnen gemixt in een team deelnemen. Indien teams kleiner dan 6 zijn, worden teams samengevoegd uit mogelijk meerdere verenigingen.  Per categorie kunnen meerdere teams worden ingeschreven vanuit een vereniging. Elk team neemt 2 begeleiders (ouders / trainers) mee. |

Programma’s

|  |  |
| --- | --- |
| Pupillen A | Teamestafette, 60m horden, vortex, kogelstoten, hoogspringen, verspringen en 6 min metersmaken. |
| Pupillen B, C, Mini | Teamestafette, 40m horden, vortex, balstoten, hurkhoog, verspringen en 4 min metersmaken. |

Chronoloog en uitslagen op [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu)

En op [www.avrijssen.nl/wedstrijd/athletics-champs](https://www.avrijssen.nl/wedstrijd/athletics-champs/)



|  |  |
| --- | --- |
| **Baanwedstrijd** | |
| Datum | Zaterdag 1 juli 2023 |
| Organiserende vereniging | ASV Eibergen |
| Website | [www.asveibergen.nl](http://www.asveibergen.nl) |
| Soort wedstrijd | Baanwedstrijd Pupillen, U13, U14Junioren, U23, U20, U18 |
| Wedstrijdterrein | Sportpark de Bijenkamp, Rietmolenseweg 6 A, 7151 MD Eibergen |
| Aanvang wedstrijd | 10:00 uur |
| Inschrijven via | [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu) |
| Inschrijfgeld | € 5,00 Junioren, U23, U20, U18  € 4,00 Pupillen  Deelname voor leden ASV is gratis |
| Betaling via | www.atletiek.nu |
| Sluitingsdatum inschrijving | Zaterdag 17 juni 2023 |
| Na-inschrijving | Is mogelijk, extra kosten: € 1,00 |
| Opmerkingen | * ET aanwezig |

Programma

|  |  |
| --- | --- |
| Meisjes pupillen B,C,D | 40m, 600m, bal, verspringen |
| Jongens pupillen B,C,D | 40m, 600m, bal, verspringen |
| Meisjes pupillen A | 60m, 600m, kogelstoten, verspringen |
| Jongens pupillen A | 60m, 600m, kogelstoten, verspringen |
| Vrouwen U13, U14 | 60m, 1000m, discus, verspringen |
| Heren U13, U14 | 80m, 1000m, discus, verspringen |
| Vrouwen U15, U16 | 80m, 1000m, discus, verspringen |
| Vrouwen U18, U20, U23 | 100m, 1000m, discus, verspringen |
| Heren U15, U16, U18, U20, U23 | 100m, 1000m, discus, verspringen |

Chronoloog en uitslagen op [atletiek.nu](http://www.mpmhengelo.nl)

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Avondwedstrijd** |
| Datum | Woensdag 12 juli 2023 |
| Organiserende vereniging | A.A.V. SISU |
| Soort wedstrijd | Avondwedstrijd junioren, senioren en masters |
| Wedstrijdterrein | Kolthofsingel 44 te Almelo |
| Aanvang wedstrijd | 18.30 uur |
| Inschrijven via uw eigen Wedstrijdsecretariaat | Inschrijvingen dienen **uiterlijk 4 juli** binnen te zijn. Inschrijven dient door uw eigen Wedstrijdsecretariaat of individueel te gebeuren op [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu) |
| Voor info kunt u contact opnemen met | Mevr. Martine Bokhove  Dhr. Herman Bottenberg  e-mail: **wedstrijdsecretariaat@sisu.nl** |
| Inschrijfgeld | * **€ 3,25 per onderdeel, 3e en volgende onderdelen 50% korting.** * Inschrijfgeld dient direct bij inschrijving via **atletiek.nu** te worden voldaan |
| Sluitingsdatum inschrijving | 4 juli 2023, daarna is de inschrijving gesloten! |
| Na-inschrijving | **Niet mogelijk!** |
| Opmerkingen | * Inschrijven **alleen** via het Wedstrijdsecretariaat van je eigen vereniging of individueel op [www.atletiek.nu](http://www.atletie.nu) * Tijdens deze wedstrijd wordt gebruik gemaakt van **Elektronische tijdwaarneming** |

**Programma’s**

|  |  |
| --- | --- |
| Masters, Senioren, U20, U18 | 200m / 800m / 3000m / ver / speer |
| U16 – Jongens | 100m / 800m / ver / speer |
| U16 – Meisjes | 80m / 800m / ver / speer |
| U14 – Jongens | 80m / 1000m / ver / speer |
| U14 - Meisjes | 60m / 1000m / ver / speer |

**Voorlopig programma**, definitieve onderdelen, chronoloog enuitslagen t.z.t. op [www.atletiek.nu](http://www.atletie.nu)

|  |  |
| --- | --- |
| avgoor75 | **Werpdriekamp Junioren, senioren en masters** |
| Datum | Vrijdag 25 augustus 2023 |
| Organiserende vereniging | AV Goor ‘75 |
| Soort wedstrijd | Werpdriekamp |
| Wedstrijdterrein | ‘‘de Horst” Lintelerweg |
| Aanvang wedstrijd | 18:30 uur |
| Inschrijven | [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu) |
| Inschrijfgeld | Voor inschrijving alle categorieën :   * € 7,50 voor de werpdriekamp   Na-inschrijving alle categorieën:   * € 9,00 voor de werpdriekamp   Betaling:  NL20 RABO 0322 1193 32 t.n.v. AV Goor |
| Meer info | [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu) en [www.avGoor ‘75.nl](http://www.avgoor.nl) |
| Na-inschrijving | Mogelijk tot18:00 u. |

Programma’s

|  |
| --- |
| Met ingang van 2023 wordt er in de regio een werpcompetitie gehouden. Nadere informatie zal nog aan de verenigingen worden gestuurd. De werpdriekampen zullen worden georganiseerd door AC Tion, AV Atletics, AV Goor en MPM. Mogelijk dat daar nog 1 of 2 verenigingen bijkomen. Op elke avond zullen er 3 onderdelen op het programma staan. De data die nu bekend zijn, zijn:   * 14 april door MPM * 25 augustus door AV Goor * 1 september organisator nog te bepalen |

|  |  |
| --- | --- |
| Junioren ABCD | Werp3kamp :kogel / discus / speer |
| Senioren/masters | Werp3kamp :kogel / discus / speer |

Chronoloog en uitslag t.z.t. op: [www.avgoor.nl](http://www.avgoor.nl)

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Werpdriekamp Junioren, senioren en masters** |
| Datum | Vrijdag 1 september 2023 |
| Organiserende vereniging | nog te bepalen |
| Soort wedstrijd | Individueel |
| Wedstrijdterrein | Nog te bepalen |
| Aanvang wedstrijd | 18:00 uur |
| Inschrijfadres/emailadres | Inschrijving via www.atletiek.nu |
| Inschrijfgeld | Voor inschrijving alle categorieën :   * € 10,00 voor de werpdriekamp   Na-inschrijving alle categorieën:   * € 12,50 voor de werpdriekamp   Betaling: |
| Sluitingsdatum inschrijving | Zaterdag 26 augustus 2023 om 23:55 |
| Na-inschrijving | Vrijdag 1 september tot 17:30 |

Programma



Met ingang van 2023 wordt er in de regio een werpcompetitie gehouden. Nadere informatie zal nog aan de verenigingen worden gestuurd. De werpdriekampen zullen worden georganiseerd door AC Tion, AV Atletics, AV Goor en MPM. Mogelijk dat daar nog 1 of 2 verenigingen bijkomen. Op elke avond zullen er 3 onderdelen op het programma staan. De data die nu bekend zijn, zijn:

* 14 april door MPM
* 25 augustus door AV Goor
* 1 september organisator nog te bepalen

Chronoloog t.z.t op www.atletiek.nu

|  |  |
| --- | --- |
|  | **BAANINSTUIF** |
| Datum | Donderdag 7 september 2023 |
| Organiserende vereniging | ACOVanElderen |
| Soort wedstrijd | Fysio “de Carrousel” baaninstuif |
| Wedstrijdterrein | Sportpark “Westbroek” , Ommen |
| Aanvang wedstrijd | 19.00 uur |
| Voor-inschrijving | Alleen voorinschrijving via: www.Atletiek.nu  Sluiting 4 september 23:59u.  Inschrijfgeld   * Meerkamp Mila € 4,00 * Meerkamp sprint € 4,00 |
| Meer info | [www.acovanelderen.nl](http://www.acovanelderen.nl) en www.Atletiek.nu |
| Na-inschrijving | **Niet mogelijk!** |

Programma

|  |  |
| --- | --- |
| Voor alle categorieën van Pupillen C t/m de masters | Meerkamp Mila:   * 1000m * 3000m   Meerkamp Sprint:   * 150m * 300m |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| LAAC-logo-klein | **Instuifwedstrijd (avondwedstrijd)** | |
| Datum | | Donderdag 7 september 2023 |
| Organiserende vereniging | | LAAC Twente |
| Soort wedstrijd | | Baaninstuif |
| Wedstrijdterrein | | FBK Stadion in Hengelo |
| Aanvang wedstrijd | | Zie programma |
| Inschrijfadres | | www.atletiek.nu |
| Inschrijfgeld | | € 5,00 per afstand |
| Sluitingsdatum inschrijving | | Uiterlijk woensdag 6 september via www.atletiek.nu met opgave van naam, woonplaats/vereniging en de tijd die men denkt te lopen. Betaling ook via www.atletiek.nu. |
| Na-inschrijving | | **Niet mogelijk!** |
| Informatie | | Jan Olsman, 06-23945763,  wedstrijden@laactwente.nl |
| Opmerkingen | | Er wordt gewerkt met elektronische tijdmeting**.** |

**Programma’s voor:** Junioren D/A, Senioren en Masters

|  |  |
| --- | --- |
| 1500 meter | 18:30 |
| 5000 meter | 18:50 snelste serie  19:20 2e serie  19:50 3e serie |
| 10.000 meter | 20:30 snelste serie  21:15 2e serie |

Chronoloog en uitslag t.z.t. op: [www.laactwente.nl](http://www.laactwente.nl)

|  |  |
| --- | --- |
|  | **3e medaillewedstrijd regio Twente** |
| Datum | Zaterdag 9 september 2023 |
| Organiserende vereniging | A.A.V. SISU |
| Soort wedstrijd | 3e Medaillewedstrijd |
| Wedstrijdterrein | Kolthofsingel 44 te Almelo |
| Aanvang wedstrijd | 10.00 uur |
| Inschrijven via uw eigen Wedstrijdsecretariaat | Inschrijvingen dienen **uiterlijk 25 augustus** binnen te zijn. Inschrijven dient door uw eigen Wedstrijdsecretariaat te gebeuren op www.atletiek.nu |
| Voor info kunt u contact opnemen met | Mevr. Martine Bokhove  Dhr. Herman Bottenberg  e-mail: **wedstrijdsecretariaat@sisu.nl** |
| Inschrijfgeld | * Junioren € 5,00 per meerkamp * Pupillen € 5,00 per meerkamp * Inschrijfgeld dient direct bij inschrijving via  www.atletiek.nute worden voldaan |
| Sluitingsdatum inschrijving | 25 augustus 2023 daarna wordt de inschrijving gesloten! |
| Na-inschrijving | **Niet mogelijk!** |
| Opmerkingen | ·      Inschrijven **alleen** via het Wedstrijdsecretariaat van je eigen vereniging op www.atletiek.nu  ·      Tijdens deze wedstrijd wordt gebruik gemaakt van Elektronische tijdwaarneming |

|  |  |
| --- | --- |
| **Programma "A"-Medaillewedstrijd** | |
| **Cat** | **Onderdelen** |
| JJA | 800m, Discus, Kogel, Ver |
| JJB | 800m, Discus, Kogel, Ver |
| JJC | 800m, Discus, Kogel, Ver |
| JJD | 80m, Speer, Hoog |
| JPA | 60m, Bal, Hoog |
| JPB | 1000m, Bal, Ver |
| JPC | 600m, Bal, Ver |
| MJA | 80m, Discus, Kogel, Hoog |
| MJB | 80m, Discus, Kogel, Hoog |
| MJC | 80m, Discus, Kogel, Hoog |
| MJD | 600m, Speer, Ver |
| MPA | 1000m, Kogel, Ver |
| MPB | 40m, Kogel, Hoog |
| MPC/Mini | 40m, Bal, Hoog |

Chronoloog enuitslagen t.z.t. op www.atletiek.nu

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Athletics Champs Twente – 3e wedstrijd** |
| Datum | Zaterdag 16 september 2023 |
| Organiserende vereniging | Marathon Pim Mulier |
| Soort wedstrijd | Athletics Champs |
| Wedstrijdterrein | Fanny Blankers Koen Stadion, Kuipersdijk 46, Hengelo |
| Aanvang wedstrijd | 10:00 |
| Inschrijven via uw eigen wedstrijdsecretariaat | Inschrijvingen dienen uiterlijk 09 september binnen te zijn. Inschrijven dient door uw eigen wedstrijdsecretariaat via www.atletiek.nu |
| Inschrijfgeld | * Meerkamp € 4,00 * IBAN-nr NL80 INGB 0004 2953 89) ten name van Hengelose Atletiek Vereniging Marathon Pim Mulier, Caro van Eyckstraat 29, 7558 NJ Hengelo |
| Sluitingsdatum inschrijving | Zaterdag 9 september. Daarna is de inschrijving gesloten |
| Na-inschrijving | Niet mogelijk. Alleen mutaties binnen het team |
| Opmerkingen | MPM organiseert op 16 september Athletics Champs voor pupillen. De wedstrijd biedt plek voor maximaal 24 teams.  - max. 12 teams in de categorieën mini/C/B-pupillen  - max. 12 teams in de categorie A-pupillen    Teams bestaan uit minimaal 6 en maximaal 11 pupillen:  – teams strijden in 3 categorieën: C/mini, B en A-pupillen  – jongens en meisjes (mogen) gemixt in een team meedoen  – indien <6 pupillen worden pupillen samengevoegd met andere  vereniging(en)  – C/mini’s mogen meedoen in een team van B-pupillen  – per categorie kun je meerdere teams inschrijven |

*Voorlopig* Programma (voor het definitieve programma zie [www.mpmhengelo.nl](http://www.mpmhengelo.nl))

|  |  |
| --- | --- |
| Pupillen A | Teamestafette/duur/60mh/kogel/vortex/hoog/ver/polstok |
| Pupillen B | Teamestafette/duur/40mh/40m/stoten/hurk/slingeren |
| Pupillen C | Teamestafette/duur/40mh/40m/stoten/hurk/slingeren |

Chronoloog t.z.t op [www.mpmhengelo.nl](http://www.mpmhengelo.nl) en uitslagen t.z.t. opwww.atletiek.nu

|  |  |
| --- | --- |
| **4e medaillewedstrijd** | |
| Datum | Zaterdag 23 september 2023 |
| Organiserende vereniging | AV Haaksbergen |
| Website | www.av-haaksbergen.nl |
| Soort wedstrijd | **AVH - Blokmeerkamp** |
| Wedstrijdterrein | AV Haaksbergen, Scholtenhagenweg in Haaksbergen |
| Aanvang wedstrijd | 10.00 uur |
| Voorinschrijving | Via het wedstrijdsecretariaat van uw eigen vereniging  zij verzorgen de aanmelding via [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu)  Sluitingsdatum 9 september  Het inschrijfgeld bedraagt:   * pupillen € 5,00 * junioren € 5,00   Betaling:  Bankrekeningnummer AVH: NL94 RABO 0324 2110 66 |
| Opmerkingen | * Pupillen: 10.00 uur t/m 12.30 uur * Junioren: 12.00 uur t/m 16.30 uur * Elektrische tijdwaarneming |
| Na-inschrijving | **Niet mogelijk!** |

|  |  |
| --- | --- |
| **"B"-Medaillewedstrijd** | |
| **Cat** | **Onderdelen** |
| JJA | 100m, Speer, Hoog |
| JJB | 100m, Speer, Hoog |
| JJC | 100m, Speer, Hoog |
| JJD | 1000m, Kogel, Ver |
| JPA | 1000m, Kogel, Ver |
| JPB | 40m, Kogel, Hoog |
| JPC | 40m, Bal, Hoog |
| MJA | 600m, Speer, Ver |
| MJB | 600m, Speer, Ver |
| MJC | 600m, Speer, Ver |
| MJD | 60m, Kogel, Hoog |
| MPA | 60m, Bal, Hoog |
| MPB | 1000m, Bal, Ver |
| MPC/Mini | 600m, Bal, Ver |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Wavelight** |
| Datum | 15 oktober 2023 |
| Organiserende vereniging | Marathon Pim Mulier |
| wavelight | Wavelight 5000m |
| Wedstrijdterrein | Fanny Blankers Koen Stadion, Kuipersdijk 46, Hengelo |
| Aanvang wedstrijd | 13:00 |
| Inschrijven via Atletiek.nu | Inschrijvingen [is](http://is) mogelijk tot 30 minuten voor dat de serie waar in je wilt lopen start |
| Inschrijfgeld | * Er is geen inschrijfgeld verschuldigd |
| Sluitingsdatum inschrijving | Inschrijvingen [is](http://is) mogelijk tot 30 minuten voor dat de serie waar in je wilt lopen start |
| Na-inschrijving | Inschrijvingen [is](http://is) mogelijk tot 30 minuten voor dat de serie waar in je wilt lopen start |

|  |  |
| --- | --- |
| Start om | Te verwachten eindtijd in minuten |
| 13:00 | 31, 32, 33, en 34 |
| 13:45 | 27, 28, 29 en 30 |
| 14:25 | 23, 24, 25 en 26 |
| 15:00 | 19, 20, 21, en 22 |
| 15:30 | 15, 16, 17 en 18 |
|  | Wavelight groen snelste tijd  Wavelight blauw tweede tijd  Wavelight wit derde tijd  Wavelight rood vierde tijd |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Baaninstuif** |
| Datum | Donderdag 19 oktober 2023 |
| Organiserende vereniging | ACOVanElderen |
| Soort wedstrijd | Fysio “de Carrousel” baaninstuif |
| Wedstrijdterrein | Sportpark “Westbroek” , Ommen |
| Aanvang wedstrijd | 19.00 uur |
| Voor-inschrijving | Alleen voorinschrijving via: www.Atletiek.nu  Sluiting 16 oktober 23:59u.  Inschrijfgeld   * Meerkamp Mila € 4,00 * Coopertest € 4,00 |
| Meer info | [www.acovanelderen.nl](http://www.acovanelderen.nl) en www.Atletiek.nu |
| Na-inschrijving | **Niet mogelijk!** |

Programma

|  |  |
| --- | --- |
| Voor alle categorieën van Pupillen C t/m de masters | Meerkamp Mila:   * 1609m (1 mijl) * 5000m   Coopertest |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Baaninstuif** |
| Datum | Donderdag 21 Maart 2024 |
| Organiserende vereniging | ACOVanElderen |
| Soort wedstrijd | Fysio “de Carrousel” baaninstuif |
| Wedstrijdterrein | Sportpark “Westbroek” , Ommen |
| Aanvang wedstrijd | 19.30 uur |
| Inschrijven | Alleen voorinschrijving via : www.atletiek.nu |
| Meer info | [www.acovanelderen.nl](http://www.acovanelderen.nl)enwww.atletiek.nu |
| Na-inschrijving | **Niet mogelijk!** |

### Ligging van de wedstrijd-accommodaties

* **Almelo**: Sportpark “De Kolthof” (Sisu) tel.: 0546-473500  
  Gelegen aan de Kolthofsingel 44 te Almelo
* **Eibergen**: Sportpark “De Bijenkamp” (ASV) tel.: 0545-472932  
  Gelegen aan de Rietmolenseweg te Eibergen
* **Enschede**: Atletiek baan “De Wesselerhoek” (TION) tel.: 053-4773067  
  Gelegen aan de Geessinkweg 220 te Enschede
* **Enschede**: Sporthal Diekmanhal tel.: 053-4803010  
  Gelegen aan de J.J. van Deinselaan 28
* **Goor ‘75**: Sportpark “De Horst”   
  Gelegen aan de Lintelerweg

* **Haaksbergen**: Atletiekbaan “Groot Scholtenhagen” tel.: 053-5740599  
  Gelegen aan de Scholtenhagenweg 49 te Haaksbergen
* **Hengelo**: Fanny Blankers Koen-stadion

Gelegen aan de Kuipersdijk 46 te Hengelo

* **Holten:** Sportpark “Meermanskamp” tel.: 0548-362099  
  Gelegen aan de Valkenweg te Holten
* **Nijverdal**: Atletiekbaan AV Atletics tel.: 0548-618844  
  Gelegen aan de Van Heerdtweg te Nijverdal
* **Ommen**: Sportpark “Westbroek”   
  Gelegen aan de Sportlaan 1, Arriën (Ommen) tel.: 0529-451754
* **Rijssen**: Sportpark “De Koerbelt”

Gelegen aan de Arend Baanstraat 107 te Rijssen

**Voor het regioboekje 2024 kunt u t.z.t. de gegevens mailen aan** [**ws-pup@action48.nl**](mailto:ws-pup@action48.nl)

**Graag voor 1 maart 2024 zodat het regioboekje medio maart beschikbaar kan komen.**

**Hennie Klootwijk**

**Opzet en regels van de medaillewedstrijden 2023 in de regio Twente**

Voor het volledige reglement van de medaillewedstrijden zie:

<http://medaillewedstrijd.feniks-ict.nl/>

de actuele gegevens staan op deze site en zijn bepalend.

Medaillewedstrijden worden georganiseerd voor de volgende categorieën: Pupillen A/B/C en

Junioren A/B/D/C.

Vanaf 2018 worden de medaille wedstrijden voor pupillen en junioren op dezelfde dag georganiseerd.

Alle medaillewedstrijden maken gebruik van **Elektronische tijdwaarneming** en werken met dubbele startlijsten. 1 voor start commissaris en 1 voor extra oproeper die de volgende serie klaar zet. (ter plaatste vragen aan ouder/toeschouwer)

Het verdiend sterk de aanbeveling om ook bij de technische nummers een extra oproeper te vragen zodat de doorstroming optimaal is!!

Er worden 4 medaillewedstrijden georganiseerd, waarvoor er 2 programma’s zijn. Het A-Programma wordt op “A” accommodaties uitgevoerd en het B-programma op de “B” accomodaties. Er wordt 2 x het A-programma en 2 x het B-programma uitgevoerd. De volgorde wordt bepaald met de organisaties op het kalenderoverleg. Zie onder aan in de regels voor A en B.

Elke wedstrijd bestaat voor de Pupillen en de D-junioren uit een 3-kamp. (totaal 5 onderdelen voor de C pupillen waarbij 4 maal balwerpen als 1 onderdeel telt en 6 onderdelen voor de A/B pupillen en D junioren). De A/B/C-junioren hebben 2 keer een 3-kamp en 2 keer een 4-kamp. (totaal 7 onderdelen).

De wedstrijden beginnen om 10.00 uur en wordt gestart met de pupillen. De junioren starten op het moment dat het programma van de pupillen de ruimte geeft om te beginnen met de junioren.

Deze wedstrijden zijn opgezet om de atletieksport in de breedte te stimuleren en om de atleten kennis te laten maken met de verschillende nummers. Er wordt dan ook geen klassement opgemaakt. Elke atleet is winnaar op deze wedstrijden. En doordat er steeds 2 wedstrijden gelijk zijn, kun je ook nog je eigen prestaties verbeteren.

Voor alle onderdelen zijn, per categorie, minimumeisen vastgesteld, de zogenaamde limieten, voor de verschillende medailles. De A–limieten zijn het makkelijkst en staan daarom voor een bronzen medaille. De B-limieten zijn iets moeilijker en worden beloond met een zilveren medaille en haal je de C-limieten dan krijg je een gouden medaille.

Je moet op alle onderdelen hebben voldaan aan de minimumeisen om voor een medaille in aanmerking te komen. Haal je op 2 onderdelen de limiet niet dan kom je toch nog in aanmerking voor een bronzen medaille. Haal je meerdere limieten niet dan krijg je, als je aan ten minste 2 verschillende wedstrijden hebt deelgenomen, een herinnering.

**Medailleregels voor de C-Pupillen**:

GOUD: MINIMAAL 3 x GOUD en de overige prestaties zilver

ZILVER: MINIMAAL 3x GOUD of ZILVER en de overige prestaties brons

BRONS: in alle andere gevallen, als tenminste bij 3 onderdelen aan de minimum limiet is voldaan.

**Medailleregels voor de A/B Pupillen en de D-junioren**:

GOUD: MINIMAAL 4 x GOUD en de overige prestaties zilver

ZILVER: MINIMAAL 4 x GOUD of ZILVER en de overige prestaties brons

BRONS: in alle andere gevallen, als tenminste bij 4 onderdelen aan de minimum limiet is voldaan.

**Medailleregels voor de ABC-junioren**:

GOUD: MINIMAAL 5 x GOUD en de overige prestaties zilver

ZILVER: MINIMAAL 5 x GOUD of ZILVER en de overige prestaties brons

BRONS: in alle andere gevallen, als tenminste bij 5 onderdelen aan de minimum limiet is voldaan.

Bij het **Hoogspringen** beginnen we met de minimumhoogte die vermeld staat in het wedstrijdreglement. Bij de junioren en pupillen wordt het 9 sprongen systeem gehanteerd.

En voor iedereen telt 3 keer aanlopen is een foutsprong. 3 foutsprongen na elkaar fout is uitgeschakeld.

Daarnaast werken we bij de pupillen met de Athletics Champs principe conform akkoord atletiekunie en zorgend voor wegnemen angst voor de lat bij de pupillen en sneller verloop wedstrijd.

Deze latverstellers zijn bij AC TION beschikbaar voor verenigingen die daar nog niet over beschikken.

Ook bij de Technische nummers **Verspringen, Kogel, Speer en Discus ( 4 pogingen )** wordt gebruik gemaakt van dubbele startlijsten om de snelheid in de wedstrijd te houden.

Iedere atleet met een atletiekunie wedstrijdlicentie kan meedoen aan de wedstrijd. Alleen atleten die lid zijn van een vereniging uit regio Twente komen in aanmerking voor een medaille of herinnering welke zo gauw mogelijk na de 4e wedstrijd naar de vereniging gestuurd wordt.

Alle wedstrijden beginnen om **10:00 uur**.

Inschrijven kan alleen via **atletiek.nu**, het inschrijfgeld dient bij inschrijving te worden voldaan. Verzoek aan de vereniging om zelf inventarisatie te doen van deelnemers en niet breed iedereen inschrijven.

Te veel uitvallers omdat men op de dag zelf niet komt opdagen leidt tot moeilijk bouwen chrono en slecht gevulde series op de dag zelf. (2016: 166 No-show en 2017: 161 No-show)

Het wordt aan ouders en coaches toegestaan bij de accommodaties aanwezig te zijn mits zij geen invloed uitoefenen op de jurybeslissingen en het wedstrijdverloop!! Bij overtreding worden alle ouders en coaches naar de buitenkant verwezen conform het Atletiekunie wedstrijdreglement.

**Verenigingen word gevraagd de ouders en coaches hier op te attenderen!**

Het inschrijfgeld bedraagt:

* voor pupillen en junioren € 5,00

De coördinatie van de medaillewedstrijden berust bij Henk Koopman ([henkkoopman@hotmail.com](mailto:henkkoopman@hotmail.com) /

06 25431752)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **"A"-Medaillewedstrijd** | |  | **"B"-Medaillewedstrijd** | |
| **Cat** | **Onderdelen** |  | **Cat** | **Onderdelen** |
| JJA | 800m, Discus, Kogel, Ver |  | JJA | 100m, Speer, Hoog |
| JJB | 800m, Discus, Kogel, Ver |  | JJB | 100m, Speer, Hoog |
| JJC | 800m, Discus, Kogel, Ver |  | JJC | 100m, Speer, Hoog |
| JJD | 80m, Speer, Hoog |  | JJD | 1000m, Kogel, Ver |
| JPA | 60m, Bal, Hoog |  | JPA | 1000m, Kogel, Ver |
| JPB | 1000m, Bal, Ver |  | JPB | 40m, Kogel, Hoog |
| JPC | 600m, Bal, Ver |  | JPC | 40m, Bal, Hoog |
| MJA | 80m, Discus, Kogel, Hoog |  | MJA | 600m, Speer, Ver |
| MJB | 80m, Discus, Kogel, Hoog |  | MJB | 600m, Speer, Ver |
| MJC | 80m, Discus, Kogel, Hoog |  | MJC | 600m, Speer, Ver |
| MJD | 600m, Speer, Ver |  | MJD | 60m, Kogel, Hoog |
| MPA | 1000m, Kogel, Ver |  | MPA | 60m, Bal, Hoog |
| MPB | 40m, Kogel, Hoog |  | MPB | 1000m, Bal, Ver |
| MPC/Mini | 40m, Bal, Hoog |  | MPC/Mini | 600m, Bal, Ver |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **"A" Accommodatie** |  |  |  |  |  |
| **AAV SISU** |  | **MPM** |  | **AC-TION** |  |
| Beschikbaar op Accommodatie |  | Beschikbaar op Accommodatie |  | Beschikbaar op Accommodatie |  |
| Sprint/Rondbaan | 8/6 | Sprint/Rondbaan | 9/8 | Sprint/Rondbaan | 8/6 |
| Hoogspringen | 2 | Hoogspringen | 2 | Hoogspringen | 2 |
| Verspringen | 4 | Verspringen | 4 | Verspringen | 3 |
| Kogelstoten | 2 | Kogelstoten | 1/2 | Kogelstoten | 2 |
| Speerwerpen | 2 | Speerwerpen | 2 | Speerwerpen | 2 |
| Discuswerpen | 2 | Discuswerpen | 2 | Discuswerpen | 2 |
| Balwerpen | 2 | Balwerpen | 2 | Balwerpen | 2 |
|  |  |  |  |  |  |
| **"B" Accommodatie** |  |  |  |  |  |
| **av Haaksbergen** |  | **Atletics** |  | **ASV** |  |
| Beschikbaar op Accommodatie |  | Beschikbaar op Accommodatie |  | Beschikbaar op Accommodatie |  |
| Sprint/Rondbaan | 6/6 | Sprint/Rondbaan | 6/6 | Sprint/Rondbaan | 6/4 |
| Hoogspringen | 2 | Hoogspringen | 2 | Hoogspringen | 2 |
| Verspringen | 2 | Verspringen | 2 | Verspringen | 2 |
| Kogelstoten | 1 | Kogelstoten | 1 | Kogelstoten | 1/2 |
| Speerwerpen | 1 | Speerwerpen | 1 | Speerwerpen | 2 |
| Discuswerpen | 1 | Discuswerpen | 1 | Discuswerpen | 1 |
| Balwerpen | 2 | Balwerpen | 2 | Balwerpen | 1 |

Mijn prestaties tijdens de medaillewedstrijden

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Onderdeel |  | 1e | 2e | 3e | 4e |
| Sprint | m |  |  |  |  |
| Midden afstand | m |  |  |  |  |
| Verspringen |  |  |  |  |  |
| Hoogspringen |  |  |  |  |  |
| Kogelstoten | kg |  |  |  |  |
| Balwerpen | gr |  |  |  |  |
| Discuswerpen | kg |  |  |  |  |
| Speerwerpen | gr |  |  |  |  |



### 

**Wegwedstrijden 2023**

25-03-2023 AV Rijssen Ladies Park Run Rijssen

26-03-2023 AV Haaksbergen Mijlenloop Haaksbergen

02-04-2023 MPM ½ marathon Hengelo

05-04-2023 DAV Kronos Campusloop Enschede

16-04-2023 Enschede Marathon Marathon Enschede

20-05-2023 AV Spurt ’88 Hardenberg Cityrun Hardenberg

01-06-2023 LAAC Twente FBK dubbele Mijl Hengelo

04-06-2023 ASV Eibergen Eiberrun Eibergen

09-06-2023 AV Rijssen Rijsserbergloop Rijssen

23-06-2023 AV Spurt ’88 Banthumloop Hardenberg

24-06-2023 AC Ommen Bissinghrun Ommen

08-07-2023 ACO van Elderen Vechtdaltrail Ommen

10-09-2023 AC TION Singelloop Enschede

24-09-2023 ASV Atletics Cityrun Nijverdal Nijverdal

08-10-2023 ½ marathon Oldenzaal ½ marathon Oldenzaal

15-10-2023 AC TION Herfstloop Enschede

28-10-2023 ASV Atletics Diepe Hel Loop Nijverdal

29-10-2023 AV Atletics Diepe Hel Loop Nijverdal

05-11-2023 AV Iphitos Twentse Smokkeltrail Losser

05-11-2023 AV Haaksbergen Pingelloop Haaksbergen

03-12-2023 Loopgroep De Lutte Snertloop De Lutte

21-01-2024 AV Haaksbergen Watermoleloop Haaksbergen

**Leidend zijn de gegevens zoals vermeld op** www.atletiek.nu **en anders op de site van de organiserende vereniging.**

**Zorgsaam Cross Circuit:**

* 11 november 2023 Rijssen Sansonline Crossloop
* 9 december 2023 Hellendoorn Nijverdalsebergcross
* 13 januari 2024 Holten Zuurbergcross
* 10 februari 2024 Wierden Valentijnscross
* 9 maart 2024 Markelo Hessenheemcross

**Twentse Cross Competitie:**

* 26 november 2023 Markelo Hessenheemcross
* 17 december 2023 Eibergen Wintercross
* 31 december 2023 Almelo Oudjaarscross
* 7 januari 2024 Enschede Rutbeekcross
* 4 februari 2024 Oldenzaal Hulsbeekcross
* 18 februari 2024 Losser Dinkelcross

**Wooldereslopen:**

* 14 januari 2024
* 04 februari 2024
* 25 februari 2024
* 17 maart 2024

**Leidend zijn de gegevens zoals vermeld op** www.atletiek.nu **en anders op de site van de organiserende vereniging.**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Versie 2019-02 (10 mrt 2019)