

Organiseert op **zaterdag 9 maart 2013** vanaf 09:00 uur

De 39e "**Indoor Heerenveen**" (voor alle categorieën)

Met elektronische tijd

Programma:

Minipupillen	Driekamp (40 meter + hoogspringen + medicinebalstoten)
Pupillen C	Driekamp (40 meter + hoogspringen + medicinebalstoten)
Pupillen B	Driekamp (40 meter + hoogspringen + kogelstoten)
Pupillen A 1e jaars	Driekamp (60 meter + hoogspringen + kogelstoten)
Pupillen A 2e jaars	Driekamp (60 meter + hoogspringen + kogelstoten)
Junioren D 1e jaars	Driekamp (60 meter + hoogspringen + kogelstoten)
Junioren D 2e jaars	Driekamp (60 meter + hoogspringen + kogelstoten)
Junioren C 1e jaars	Driekamp (60 meter + hoogspringen + kogelstoten)
Junioren C 2e jaars	Driekamp (60 meter + hoogspringen + kogelstoten)
Junioren A/B	Sprinttweekamp (50m + 60m), hoogspringen, kogelstoten
Senioren	Sprinttweekamp (50m + 60m), hoogspringen, kogelstoten
Masters	Sprinttweekamp (50m + 60m), hoogspringen, kogelstoten

Plaats:

In 'Sportopol'
Abe Lenstra Boulevard 23/Q - 8448 JA Heerenveen
(is gelegen direct naast het Abe Lenstra voetbalstadion)

Inschrijving:

Dient uiterlijk op **23 februari 2013** binnen te zijn (**géén na-inschrijving**)

Inschrijfadres:

Alleen per mail via uw vereniging naar wocbaan@avheerenveen.nl
(met A-formulier). Het inschrijfgeld dient vóór de sluitingsdatum te zijn
overgemaakt op giro-rekening **14.47.89.809** t.n.v. AV Heerenveen.

Inschrijfgeld:

Pupillen	€ 5,50	per driekamp
Junioren-C/D	€ 7,50	per driekamp
Junioren-A/B	€ 3,50	per onderdeel / sprinttweekamp € 6,00
Senioren	€ 3,50	per onderdeel / sprinttweekamp € 6,00
Masters	€ 3,50	per onderdeel / sprinttweekamp € 6,00

Let op: Spikes zijn NIET toegestaan (ook mag er geen magnesium worden gebruikt).

* Bij alle sprintnummers zal **elektronische tijdwaarneming** worden gebruikt.

* De gehele hal is beschikbaar voor de atletiekonderdelen.

* Bij meer dan 15 deelnemers worden groepen gesplitst om lange wachttijden te voorkomen.