



---

**Senioren en A/B/C/D Junioren**

**Baanwedstrijd AVON Heerlen**

**Zaterdag 15 april 2017**

---

**Zuid Limburgs Baancircuit**



De baanwedstrijd voor senioren/masters en A/B/C/D junioren zal op zaterdag 15 april worden georganiseerd.

### **Programma**

#### **Mannen en masters, JA en JB :**

100, 200, 800, verspringen, hoogspringen, kogelstoten en discuswerpen

#### **Vrouwen en masters, MA en MB:**

100, 200, 800, verspringen, hoogspringen, kogelstoten en discuswerpen

#### **Jongens C-junioren:**

100,1000, verspringen, hoogspringen, kogelstoten en discuswerpen

#### **Meisjes C-junioren:**

80, 1000, verspringen, hoogspringen, kogelstoten en discuswerpen

#### **Jongens D-junioren:**

80, 1000, verspringen, hoogspringen, kogelstoten en discuswerpen

#### **Meisjes D-junioren:**

60, 1000, verspringen, hoogspringen, kogelstoten en discuswerpen

### **Wedstrijdprogramma**

Start 15.00 uur en voor het programma zie [www.avonheerlen.nl](http://www.avonheerlen.nl)

### **Inschrijfgeld**

CD-junioren € 1,00 per onderdeel.

AB-junioren € 2,00 per onderdeel.

Senioren/masters € 2,50 per onderdeel.

Voorinschrijving t/m 12 april via [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu).

Na-inschrijving mogelijk tot 1 uur voor de start van het onderdeel. Kosten € 1,00 extra.

Voor-inschrijvingen storten op:

rekeningnummer NL98RABO0114116075 t.n.v. penningmeester AVON.

Onder vermelding van "baanwedstrijd 15 april 2017".

### **Inschrijving**

Via [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu) → AVON Heerlen Zuid Limburgs Baancircuit Senioren A/B/C/D junioren

Wedstrijdsecretariaat: e-mail [info@avonheerlen.nl](mailto:info@avonheerlen.nl)

### **Accommodatie**

Emma-stadion

Passartweg 35 c

6413 NP Heerlen

Kleed en doucheruimte aanwezig

### **Informatie**

Atletiek Vereniging Oranje Nassau /[www.avonheerlen.nl](http://www.avonheerlen.nl)

045-5214731

### **TIJDSHEMA**

	lopen en springen				werpen			
	Meisjes-D	Jongens-D	Meisjes-C	Jongens-C	Meisjes-D	Jongens-D	Meisjes-C	Jongens-C
15.00	60m				discus	discus	discus	discus
15.10		80m	80m					
15.20				100m				
15.50	hoog	hoog	hoog	hoog				
16.20					kogel	kogel	kogel	kogel
16.30	verspr.	verspr.	verspr.	verspr.				
17.20	1000m	1000m						
17.30			1000m	1000m				
17.50								
18.00								

  

	lopen en springen				werpen			
	Meisjes-B	Jongens-B	Meisjes-A Dames/master	Jongens-A Heren/master	Meisjes-B	Jongens-B	Meisjes-A Dames/master	Jongens-A Heren/master
17.00	100m	100m	100m	100m	discus	discus	discus	discus
17.40	800m	800m	800m	800m				
17.40	hoog	hoog	hoog	hoog				
18.00	200m	200m	200m	200m	kogel	kogel	kogel	kogel
18.20	verspr.	verspr.	verspr.	verspr.				



Hoofdstraat 101  
6436CD Amstenrade

Tel.nr. 046 4421779  
06 13804871

[www.serco-sportprijzen.nl](http://www.serco-sportprijzen.nl)



## Werkwijze inschrijven via [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu)

### Voor verenigingen

1. Ga naar [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu)
2. Als u al een account heeft op [atletiek.nu](http://atletiek.nu) sla deze stap over.  
Anders: Klik bovenin op "Log in", klik vervolgens links op "registreer", vul het formulier in om een persoonlijk account aan te maken, volg de verdere instructies.
3. Log in met uw (zojuist aangemaakte) account.
4. Klik bovenin de groene balk op "Inschrijven".
5. Klik op "Baanwedstrijd Zuid Limburgs Baancircuit AVON Heerlen".
6. Klik op "Vereniging" (inschrijven als vereniging)
7. Klik op "Maak nieuwe deelnemer aan".
8. Vul alle gegevens in van de deelnemer die u wilt inschrijven. En klik op "Voltooi".
9. Herhaal stap 8 net zolang totdat u alle deelnemers heeft ingeschreven.
10. Bent u klaar met inschrijven ga dan terug naar "Terug naar inschrijfoverzicht" en controleer of al uw deelnemers juist zijn ingeschreven.
11. Ziet u dat u een fout heeft gemaakt, beweeg met uw muis over de naam van de deelnemer. Er verschijnt nu een geel potloodje, klik daarop om de deelnemer te bewerken of te verwijderen.
12. Iedereen correct ingeschreven? Controleer nog even of u incassogegevens moet opgeven of via een andere weg moet betalen. U heeft nu al uw deelnemers ingeschreven!

### Voor atleten

1. Ga naar [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu)
2. Klik bovenin de groene balk op "Inschrijven".
3. Klik op "Baanwedstrijd Zuid Limburgs Baancircuit AVON Heerlen".
4. Klik op "Atleet" (inschrijven als atleet)
5. Selecteer je vereniging en categorie en aan welke losse onderdelen of meerkamp je mee wilt doen.
6. Vul je persoonsgegevens in of login met een bestaand account.
7. Controleer je gegevens.
8. Je ontvangt nu een email met een activatie code, klik op de link in de email.
9. Volg de verdere instructies en rond je inschrijving af!
10. Inschrijving wijzigen of verwijderen? Je hebt per email een login wachtwoord ontvangen, log in op [Atletiek.nu](http://Atletiek.nu) met je email adres en dat wachtwoord. In 'Mijn Profiel' kun je je inschrijving bewerken en verwijderen.