

Chronoloog en wedstrijdinfo

10:30	Lange Cross: Mannen en Vrouwen senioren en Masters		9220 mtr	4x blauwe ronde
11:30	Korte Cross: Mannen en Vrouwen senioren en masters Jongens Junioren A en B		4740 mtr	2x blauwe ronde
12:00	Meisjes junioren A+B		3520 mtr	2x rode ronde
12:20	Jongens junioren C		2500 mtr	1x blauwe ronde
12:40	Meisjes junioren C		2500 mtr	1x blauwe ronde
12:55	Jongens junioren D		1890 mtr	1x rode ronde
13:10	Meisjes junioren D		1470 mtr	1x groene ronde
13:25	Jongens pupillen A		1470 mtr	1x groene ronde
13:35	Meisjes pupillen A		1470 mtr	1x groene ronde
13:45	Jongens pupillen B		960 mtr	1x zwarte ronde
13:55	Meisjes Pupillen B		960 mtr	1x zwarte ronde
14:05	G-Atleten		960 mtr	1x zwarte ronde
14:15	jongens pupillen C + mini		960 mtr	1x zwarte ronde
14:25	Meisjes pupillen C + mini		960 mtr	1x zwarte ronde
14:40	Kidsrun t/m 5 jaar		960 mtr	1x zwarte ronde

Parcours Start en finish op het middenterrein van **H.A.C. Molenvan 3 5708 DW Helmond**
Het parcours na de start is gelegen in de bossendirect achter de atletiekbaan en geheel opspikes te belopen. Kleedgelegenheid en douches beschikbaar.

Inschrijven Voorinschrijving <https://inschrijven.nl>
Inschrijving is voor H.A.C. leden gratis

voorinschrijving	na-inschrijving
senioren en masters € 4,50	€ 6,00
junioren € 3,50	€ 5,00
pupillen en G atleten € 2,50	€ 4,00

Na-inschrijving tot een half uur voor aanvang van het onderdeel
Atletiekverenigingen kunnen voor inschrijving gebruik maken van het A formulier (t/m jun C) en dit mailen naar woc@hac-helmond.nl

Prijsuitreiking 12:15 Lange cross, korte cross en jongens jun A en B
13:30 Jongens Jun C en D en Meisjes Jun A, B, C en D
14:30 G atleten
15:00 Alle pupillen categorieën

Er zijn ereprijzen voor alle nrs. 1, 2 en 3 van de junioren, pupillen en g atleten en geldprijzen voor alle nrs 1, 2 en 3 van de senioren en master categorieën

Prijzen moeten persoonlijk in ontvangst genomen worden, er worden geen prijzen nagestuurd

Er wordt een eindklassement gemaakt voor de volgende categorieën :

Meisjes en Jongens pupillen A , B , C en mini
Meisjes en Jongens junioren A , B , C en D
Dames korte cross senioren , v35 t/m 44 , v45+
Dames lange cross (Alle leeftijden)
Mannen korte cross (Alle leeftijden)
Mannen lange Cross senioren , M40, M50, M60+

Recreanten categorieën zijn vanaf 2015 vervallen en samengevoegd met de wedstrijd atleten. Iedereen doet dus mee voor de prijzen. Ook bij de jeugdlopen mogen kinderen meedoen die geen lid zijn van een atletiek vereniging. Deze kinderen worden ook opgenomen in het klassement.

Indeling Atletiek Unie Categorieën (1 november 2018 tot 1 november 2019)

Categorie	Geboortejaar
Pupillen C	2011 en later
Pupillen B	2010
Pupillen A	2009/2008

Pupillen A	2009/2008
Junioren D	2007/2006
Junioren C	2005/2004
Junioren B	2003/2002
Junioren A	2000/2001
Senioren	2000 en eerder
V35/40,	Masters vrouwen 35 t/m 44 jaar,
V45+	Masters vrouwen 45 jaar en ouder.
M40, M45 enz.	Masters mannen 40 t/m 44 jaar, 45 t/m 49 enz.

