



# Royal Cercle Athlétique de Schaerbeek -Stade TERDELDT - Place TERDELDT n°1



dimanche 23 octobre 2022

Categ	heure	Epreuve	Epreuve	heure début	Categ
1. Ben (F + M)	09:30	Balle	Disque (1 kg)	13:40	7.JUN F /SEN F /MAS F (W35 à W70)
	10:20	Poids (1kg)		16:05	4. Cad F + 5.SCO F
2. Pup F	10:15	Balle	Disque (1,5 kg) + 2kg (F21)	14:50	5.SCO M + M50-55 + WPA TC M (F43) + WPA TC F21 (2kg)
	11:05	Disque (0,6 kg)	Disque (2 kg et 1kg )	17:30	SEN M + M35-40-45 et 4.CAD M et M60+
	12:00	Poids (2kg)	Javelot (500g et 700g)	13:55	5. SCO F+ W50 à W70+ M70/75 (500g) + SCO M (700g)
2. Pup M	09:30	Poids (2kg)	Javelot (500g)	15:20	4. Cad F
	10:15	Disque (0,6 kg)	Javelot (600g / 700g / 800g)	17:55	4.CAD M (600g)+ M50/55(700g) + 800g: SEN M +M35/M40/M45 + WPA TC (F13 + F21 + F43)
	11:05	Balle	Javelot (600g) mixte	16:30	JUN F + W35/W40/W45 + M60/65
3. Min F	12:00	Disque (0,75 kg)	Poids (3kg et 5kg) mixte	12:50	5. SCO F+ W50 à W70+ M80 + SCO M
	13:00	Javelot (400g)	Poids (3kg et 6 kg) mixte	17:00	4. Cad F (3 kg) + M50-55 (6 kg)
	14:00	Poids (2kg)	Poids (4kg) mixte	14:50	JUN F+ W35/40/45+ M70/75 + 4.CAD M
3. Min M	09:30	Disque (0,75 kg)	Poids (7,26kg et 5kg)	16:00	7.SEN M + M35/40/45 + M60/65 + F21
	11:10	Poids (3kg)	Poids F56-57	18:15	9. WPA TC M (F56-57)
	12:00	Javelot (400g)			



<http://www.rcas.be/>

VERSION 19/10/2022  
changement: F21



espace kitchen



jogging plus  
WE ARE RUNNING

Confirmation au plus tard 45 min avant votre première épreuve.