



Suid Afrikaanse Meesters Atletiekvereniging

South African Masters Athletics Association

EERSTE S.A. MEESTERS - V.S.A. MEESTERS

AUSTRALIESE MEESTERSBYEENKOMS

R.A.U. STADION

22 DESEMBER 1976

ALLE INSKRYWINGS SLUIT, SONDER UITSONDERING, 10 MINUTE VOOR
DIE AANGEDUIDE AANVANGSTYE.

- 7.00 100M DAMES. HOOGSPRING. HAMER.
7.05 100M MANS.
7.20 800M
7.30 PAALSPRING. SPIES.
7.35 3000M STAP.
7.45 GEWIGSTOOT. VERSPRING.
8.00 200M DAMES.
8.05 200M MANS.
8.25 1500M
8.40 400M
8.55 5000M
9.20 4 X 100M AFLOS
9.30 SWEEDSE AFLOS (VOLGORDE:- 400M, 300M, 200M, 100M)
DIE EERSTE HARDLOPERS BEGIN BY DIE 200M WEGSPRINGPLEK.

ITEMS SAL NIE VERTRAAG WORD VIR ATLETE WAT AAN MEER AS EEN
ITEM DEELNEEM NIE.

ITEMS SAL SLEGS AANGEBIED WORD INDIEN DAAR 3 OF MEER DEEL-
NEMERS IS EN OM IN AANMERKING VIR MEDALJES TE KOM MOET DAAR
'N MINIMUM VAN 3 DEELNEMERS IN 'N BESONDERE OUDERDOMSGROEP
WEES.
