

**Hoërskool Swellendam Hessequa Abattoir-Prestige Aflosbyeenkoms**  
**Vrydagaand 30 Augustus 2019**

**Busse vertrek 13:30 van PRG**

**Massa-aflos span van 12 atlete hardloop om 19:25**

**Dogters o.14: 4x 100m**

Jaylyn Buys (100m)

Marina van Niekerk (100m)

Anica Venter (100m)

Grace Prins (100m)

**Dogters o.15: 4x100m**

Helena Swart (100m)

Mikaila Dednam (100m)

Cecilia Willer (100m)

Kate Brewis (100m)

**Dogters o.17: 4x100m**

Linda Mentz (100m)

Carla Muller (100m)

Anne-Marie Celliers (100m)

Cleoni Esterhuizen (100)

## **SWEEDSE-AFLOS**

### **Dogters o.14**

**Nelbe Mouton (massaaflos)**

**Janke-Martine Viljoen (400m)**

**Jaylyn Buys (100m)**

**Lisa de Wet (200m)**

**Lisa de Vos (300m)**

### **Dogters o.15**

**Helene Swart (200m)**

**Cecilia Willer (400m)**

**Kyanti Greyling (300m)**

**Kate Brewis (100m)**

### **Dogters o.17**

**Anja Smit (200m)**

**Linda Mentz (100m)**

**Ilse Brugmann (400m)**

**Carla Brugmann (300m)**

# Hoërskool Swellendam Hessequa Abattoir-Prestige Aflosbyeenkoms

Vrydagaand 30 Augustus 2019

## VOORLOPIGE PROGRAM

16:30	Verwelkoming en Openingseremonie		
16:45	Atlete na opwarmingsarea		
16:50	Aflosspanne vir 4 x 100m's meld by "callroom" aan		
17:05	Dogters 14	4 x 100m	Finaal
17:10	Seuns 14	4 x 100m	Finaal
17:15	Dogters 15	4 x 100m	Finaal
17:20	Seuns 15	4 x 100m	Finaal
17:25	Dogters 17	4 x 100m	Finaal
17:30	Seuns 17	4 x 100m	Finaal
17:35	Oorhandiging van medaljes van 4 x 100m's		
17:55	Aflosspanne vir Sweedse aflos meld by "callroom" aan		
18:10	Dogters 14	Sweedse aflos	Finaal
18:15	Seuns 14	Sweedse aflos	Finaal
18:20	Dogters 15	Sweedse aflos	Finaal
18:25	Seuns 15	Sweedse aflos	Finaal
18:30	Dogters 17	Sweedse aflos	Finaal
18:35	Seuns 17	Sweedse aflos	Finaal
18:40	Oorhandiging van medaljes aan Sweedse aflosspanne		
19:05	Massa-aflosspanne meld aan.		
19:25	Massa-aflos		
19:55	Bekendmaking van wenskole		