

COASTAL INTERHOËR 2026



Aangebied deur Hoërskool Framesby
21 Februarie 2026



Brandwag



DF Malherbe



Framesby



Grey



Nico Malan



Pearson



Victoria Park

COASTAL
INTERHOËR



COASTAL INTERHOËR 2026

Program

21 Februarie 2026



- 06:00** Hekke open vir leerders en publiek
- 06:30** Beampte verversings in Jan Stroebel-kompleks
- 06:30** Eregaste verversings in Jan Stroebel-kompleks
- 07:00** Toeskouers en nie-deelnemende leerders neem sitplekke op die pawiljoen in.
Atlete tree aan by die 300m merk, voor die telling bord in die volgende volgorde aan:

Hoërskool Brandwag,
Hoërskool Nico Malan,
Hoërskool Pearson,
Hoërskool DF Malherbe,
Grey High School,
Victoria Park High School,
Hoërskool Framesby,

Toegangsgelde is soos volg:

* Volwassenes – R20

* Leerders sonder skooldrag – R10

* Leerders met volledige
skooldrag/sportdrag – Gratis

Kaart- én kontantbetalings word aanvaar.

Ons sien uit daarna om julle daar te verwelkom!

- 07:15** Atlete-optog
- 07:35** Opening en verwelkoming. Hoofde verwelkom.
- 08:30** Atletiek program begin
- 12:00** Verversings vir eregaste in Jan Stroebel-kompleks
Beamptes kry kospakkies op die veld.
- 17:00** Prysuitdeling

COASTAL
INTERHOËR



COASTAL INTERHOËR 2026



Program

21 Februarie 2026

Nr	Tyd	Put	Item	Nota
1	08:30		Finaal Dogters 14 300m Hekkies	76.2cm
2	08:30	B	Finaal Dogters 17 Hoogspring	
3	08:30	A	Finaal Seuns 17 Hoogspring	
4	08:30	B	Finaal Dogters 15 Verspring	
5	08:30	A	Finaal Seuns 15 Verspring	
6	08:30	A	Finaal Dogters 14 Diskusgooi	1kg
7	08:30	A	Finaal Dogters 15 Diskusgooi	1kg
8	08:30	A	Finaal Seuns 19 Spiesgooi	800g
9	08:30	B	Finaal Dogters 16 Gewigstoot	3kg
10	08:30	A	Finaal Seuns 16 Gewigstoot	5kg
11	08:35		Finaal Dogters 15 300m Hekkies	76.2cm
12	08:40		Finaal Dogters 16 400m Hekkies	76.2cm
13	08:45		Finaal Dogters 17 400m Hekkies	76.2cm
14	08:50		Finaal Dogters 19 400m Hekkies	76.2cm
15	08:55		Finaal Seuns 14 300m Hekkies	84.0cm
16	09:00		Finaal Seuns 15 300m Hekkies	84cm
17	09:05		Finaal Seuns 16 400m Hekkies	84cm
18	09:10		Finaal Seuns 17 400m Hekkies	84cm
19	09:15		Finaal Seuns 19 400m Hekkies	91.4cm
20	09:25		Finaal Dogters 14 1500m	
21	09:30	B	Finaal Dogters 19 Verspring	
22	09:30	A	Finaal Seuns 19 Verspring	
23	09:30	A	Finaal Seuns 14 Diskusgooi	1kg
24	09:30	A	Finaal Seuns 15 Diskusgooi	1kg

COASTAL
INTERHOËR



COASTAL INTERHOËR 2026



Program

21 Februarie 2026

Nr	Tyd	Put	Item	Nota
25	09:30	A	Finaal Seuns 14 Spiesgooi	600g
26	09:30	A	Finaal Seuns 15 Spiesgooi	600g
27	09:30	B	Finaal Dogters 17 Gewigstoot	3kg
28	09:30	A	Finaal Seuns 17 Gewigstoot	5kg
29	09:32		Finaal Seuns 14 1500m	
30	09:39		Finaal Dogters 15 1500m	
31	09:40	B	Finaal Dogters 16 Hoogspring	
32	09:40	A	Finaal Seuns 16 Hoogspring	
33	09:46		Finaal Seuns 15 1500m	
34	09:53		Finaal Dogters 16 1500m	
35	10:00		Finaal Seuns 16 1500m	
36	10:07		Finaal Dogters 17 1500m	
37	10:14		Finaal Seuns 17 1500m	
38	10:21		Finaal Dogters 19 1500m	
39	10:28		Finaal Seuns 19 1500m	
40	10:30	B	Finaal Dogters 14 Verspring	
41	10:30	A	Finaal Seuns 14 Verspring	
42	10:30	A	Finaal Dogters 17 Diskusgooi	1kg
43	10:30	A	Finaal Dogters 19 Diskusgooi	1kg
44	10:30	A	Finaal Seuns 16 Spiesgooi	700g
45	10:30	B	Finaal Dogters 15 Gewigstoot	3kg
46	10:30	A	Finaal Seuns 15 Gewigstoot	4kg
47	10:37		Finaal Dogters 14 200m	



COASTAL INTERHOËR 2026



Program

21 Februarie 2026

Nr	Tyd	Put	Item	Nota
48	10:42		Finaal Seuns 14 200m	
49	10:46		Finaal Dogters 15 200m	
50	10:50		Finaal Seuns 15 200m	
51	10:55		Finaal Dogters 16 200m	
52	11:00	B	Finaal Dogters 19 Hoogspring	
53	11:00	A	Finaal Seuns 19 Hoogspring	
54	11:00		Finaal Seuns 16 200m	
55	11:05		Finaal Dogters 17 200m	
56	11:10		Finaal Seuns 17 200m	
57	11:15		Finaal Dogters 19 200m	
58	11:20		Finaal Seuns 19 200m	
59	11:25		Finaal Dogters 14 90m Hekkies	76.2cm
60	11:30		Finaal Dogters 15 90m Hekkies	76.2cm
61	11:30	B	Finaal Dogters 17 Verspring	
62	11:30	A	Finaal Seuns 17 Verspring	
63	11:30	A	Finaal Dogters 16 Diskusgooi	1kg
64	11:30	A	Finaal Dogters 16 Spiesgooi	500g
65	11:30	B	Finaal Dogters 19 Gewigstoot	4kg
66	11:30	A	Finaal Seuns 19 Gewigstoot	6kg
67	11:35		Finaal Dogters 16 100m Hekkies	76.2cm
68	11:40		Finaal Dogters 17 100m Hekkies	76.2cm
69	11:45		Finaal Seuns 14 100m Hekkies	84.0cm
70	11:50		Finaal Dogters 19 100m Hekkies	84cm
71	11:55		Finaal Seuns 15 100m Hekkies	84cm
72	12:02		Finaal Seuns 16 110m Hekkies	84cm

COASTAL
INTERHOËR



COASTAL INTERHOËR 2026



Program

21 Februarie 2026

Nr	Tyd	Put	Item	Nota
73	12:07		Finaal Seuns 17 110m Hekkies	91.4cm
74	12:12		Finaal Seuns 19 110m Hekkies	99.5cm
75	12:17		Finaal Dogters 14 800m	
76	12:22		Finaal Seuns 14 800m	
77	12:27		Finaal Dogters 15 800m	
78	12:30		Finaal Dogters 17 Driesprong	9m
79	12:30		Finaal Dogters 19 Driesprong	11m
80	12:30	A	Finaal Seuns 16 Diskusgoot	1.5kg
81	12:30	A	Finaal Dogters 17 Spiesgoot	500g
82	12:30	A	Finaal Dogters 19 Spiesgoot	600g
83	12:32		Finaal Seuns 15 800m	
84	12:37		Finaal Dogters 16 800m	
85	12:42		Finaal Seuns 16 800m	
86	12:47		Finaal Dogters 17 800m	
87	12:52		Finaal Seuns 17 800m	
88	12:57		Finaal Dogters 19 800m	
89	13:00	B	Finaal Dogters 15 Hoogspring	
90	13:00	A	Finaal Seuns 15 Hoogspring	
91	13:00	B	Finaal Dogters 14 Gewigstoot	3kg
92	13:00	A	Finaal Seuns 14 Gewigstoot	4kg
93	13:02		Finaal Seuns 19 800m	
94	13:10		Finaal Dogters 14 100m	
95	13:14		Finaal Seuns 14 100m	
96	13:18		Finaal Dogters 15 100m	
97	13:20	B	Finaal Dogters 16 Verspring	
98	13:20	A	Finaal Seuns 16 Verspring	

COASTAL
INTERHOËR



COASTAL INTERHOËR 2026



Program

21 Februarie 2026

Nr	Tyd	Put	Item	Nota
99	13:22		Finaal Seuns 15 100m	
100	13:26		Finaal Dogters 16 100m	
101	13:30		Finaal Seuns 16 100m	
102	13:30	A	Finaal Seuns 17 Diskusgooi	1.5kg
103	13:30	A	Finaal Seuns 17 Spiesgooi	700g
104	13:34		Finaal Dogters 17 100m	
105	13:38		Finaal Seuns 17 100m	
106	13:42		Finaal Dogters 19 100m	
107	13:46		Finaal Seuns 19 100m	
108	13:53		Finaal Dogters 14 400m	
109	13:58		Finaal Seuns 14 400m	
110	14:02		Finaal Dogters 15 400m	
111	14:06		Finaal Seuns 15 400m	
112	14:10	B	Finaal Dogters 14 Hoogspring	
113	14:10	A	Finaal Seuns 14 Hoogspring	
114	14:10		Finaal Dogters 16 400m	
115	14:14		Finaal Seuns 16 400m	
116	14:18		Finaal Dogters 17 400m	
117	14:20		Finaal Seuns 17 Driesprong	11m
118	14:20		Finaal Seuns 19 Driesprong	13m
119	14:22		Finaal Seuns 17 400m	
120	14:26		Finaal Dogters 19 400m	



COASTAL INTERHOËR 2026



Program

21 Februarie 2026

Nr	Tyd	Put	Item	Nota
121	14:30		Finaal Seuns 19 400m	
122	14:30	A	Finaal Seuns 19 Diskusgooi	1.75kg
123	14:30	A	Finaal Dogters 14 Spiesgooi	500g
124	14:30	A	Finaal Dogters 15 Spiesgooi	500g
125	14:35		Finaal Vroue MixAge 3000m	
126	14:50		Finaal Mans MixAge 3000m	
127	15:15		Finaal Dogters 14 4x100m Aflos	
128	15:19		Finaal Seuns 14 4x100m Aflos	
129	15:23		Finaal Dogters 15 4x100m Aflos	
130	15:27		Finaal Seuns 15 4x100m Aflos	
131	15:31		Finaal Dogters 16 4x100m Aflos	
132	15:35		Finaal Seuns 16 4x100m Aflos	
133	15:39		Finaal Dogters 17 4x100m Aflos	
134	15:43		Finaal Seuns 17 4x100m Aflos	
135	15:47		Finaal Dogters 19 4x100m Aflos	
136	15:50		Finaal Seuns 19 4x100m Aflos	

