CSAA OPEN/MASTERS and PSUK TRACK & FIELD CHAMPIONSHIPS
Lee Valley Athletics Stadium on 15th August 2018

Time	Track	Nos.	Races	Time	Field	Nos.
10:30	400m hurdles CSAA/PSUK M	8	1	**10:30**	Hammer CSAA/PSUK W & M 65+	14
10:45	1500m CSAA M	6	1	**10:30**	Pole vault CSAA/PSUK M & W	4
10:55	1500m PSUK M	16	1	**10:30**	Long Jump CSAA/PSUK M	12
11:05	1500m W CSAA & PSUK Combined	15	1			
11:20	100m PS M	11	2	**11:30**	Discus CSAA/PSUK M	17
11:30	100m CSAA M	17	3	**11:45**	Shot CSAA W	12
11:40	100m PSUK W	3	1			
11:45	100m CSAA W	7	1			
12:10	3000m Walk – CSAA/PSUK M & W	14	1	**12:45**	Shot CSAA M	14
12:40	3000m Steeplechase PSUK M	10	1	**12:45**	Long Jump CSAA/PSUK W	12
13:00	400m CSAA M	13	2	**12:45**	Discus CSAA/PSUK W & M65+	14
13:10	400m CSAA W	6	1			
13:15	400m PSUK W	4	1			
13:20	400m PSUK M	7	1			
	****** Lunch Break Track ******			**13:45**	High Jump CSAA/PSUK M	11
14:00	800m PSUK / CSAA W combined	11	1	**13:45**	Hammer CSAA/PSUK M	16
14:05	800m CSAA M	10	1	**14:00**	Triple Jump CSAA/PSUK W	7
14:10	800m PSUK M	10	1			
14:20	110m Hurdles PSUK / CSAA M	5	1			
14:30	80m Hurdles CSAA W	1	1			
14:45	5000m CSAA / PSUK W	16	1	**15:00**	Javelin CSAA M & W	18
15:15	200m CSAA M	14	2	**15:00**	Shot PSUK M & W	12
15:25	200m PSUK M	10	2	**15:00**	Triple Jump CSAA/PSUK M	11
15:35	200m PSUK W	5	1			
15:40	200m CSAA W	6	1			
15:45	5000m PSUK M	22	1			
16:15	5000m CSAA M	14	1	**16:00**	High Jump CSAA/PSUK W	9
16:45	4 x 100m PSUK Ws Relay		1	**16:15**	Javelin PSUK M & W	10
16:50	4 x 100m Relay CSAA Mixed Team		1			
16:55	PSUK Medley Relay		1			