

Championnats de Meurthe et Moselle Épreuves Multiples Be/Mi

Dimanche 13 mars 2016 à METZ (L'Anneau)

Horaires

		Ouverture de la chambre d'appel - Formation du jury							
		50m plat	50m haies	1000m	Hauteur	Longueur	T. Saut	Perche	Poids
14h15	Be F				Mi H	Mi F	Be F		Be H
14h45	Be H								
15h15	Mi F							Mi F	Mi H
15h45	Mi H				Be F	Be H			
16h00							Mi H	Be F/Be H	
16h15									Mi F
16h30		Be F				Be F			
16h45		Be H			Mi F				
17h00		Mi F					Be H	Mi H	
17h15		Mi H							Be F
17h30					Be H	Mi H			
17h45				Be F			Mi F		
17h55				Mi F					
18h05				Be H					
18h15				Mi H					
18h30	REMISE DES RECOMPENSES								

Le programme horaire pourra être modifié en fonction du nombre d'athlètes présents.

En fonction du nombre de concurrents, les concours de poids et de longueur pourront être dédoublés.

Catégories	Distance	Nbre de haies	Hauteur	Distance Départ 1 ^{ère} haie	Distance entre les haies	Distance dernière haie arrivée
BG/BF	50m	5	65 cm	11m50	7m50	8m50
MF	50m	4	76 cm	12m	8m	14m
MG	50m	4	84 cm	13m	8m50	11m50

Règlement des Championnats de Meurthe et Moselle Épreuves Multiples Be/Mi

• **INSCRIPTIONS** : en ligne sur le site du CDA54. Clôture automatique le **11 mars 2016 à 21h**. Pas d'inscription sur place. Engagement uniquement sur des Triathlons.

• **EPREUVES** :

- Il sera donné priorité aux courses par rapport aux concours, sans que cela n'entraîne la perte d'un ou plusieurs essai(s).

- Les benjamins et benjamines seront classés sur un **triathlon** soit une course, un saut et un lancer

- Les minimes garçons et filles seront classés sur un **triathlon libre** une course, un saut et un lancer. ou un **triathlon technique** comprenant 2 concours et une course (soit 2 sauts et une course)

• **POIDS** : Poids de salle : BF : 2kgs ; BG/MF : 3kgs ; MG : 4kgs ; 4 essais

• **TRIPLE SAUT et LONGUEUR**: pour les BG, BF, MG, MF, 4 essais

• **HAUTEUR et PERCHE** : 3 essais par barre avec une barre minimale et avec un total de 8 sauts au maximum. Si le 8^{ème} essai est réussi il est accordé une tentative à une hauteur supérieure jusqu'au 1^{er} échec. Sur demande de l'athlète, autorisation d'une barre en dessous du minimum.

Hauteur

- BF : Barre minimale : 1m00 puis 1m05, 1m10, 1m14, 1m18 puis barème.

- MF : Barre minimale : 1m10 puis 1m15, 1m20, 1m24, 1m28, 1m32 puis barème.

- BG : Barre minimale : 1m05 puis de 5 en 5 jusqu'à 1m20, 1m24, 1m28, 1m32 puis barème.

- MG : Barre minimale : 1m25 puis de 5 en 5 jusqu'à 1m50, 1m54, 1m58, puis barème.

Perche

- Première barre pour toute catégorie 1.50 m ensuite de 5 en 5 cm

• **50m et 50m Haies** : pas de finale.

- Départ : Minimes starting block obligatoire.

Benjamin(e)s Starting Block facultatif sinon départ accroupi.

• **1000m** : Course par catégorie, possibilité de dédoubler si trop de concurrent(e)s

• **CLASSEMENT** : Il se fera à la table de cotation (édition 2009-2012 de la FFA, avec un correctif de 24" pour les chronos manuels éventuels, les tables de la FFA étant établies pour des chronos électriques) Les athlètes, n'ayant pas fait 3 épreuves, ne seront pas classés.

• **RECOMPENSES** : les 10 premiers de chaque catégorie benjamins et minimes:

1 trophée pour les 3 premiers, 1 médaille pour les 7 suivants

Les éventuels ex aequo seront départagés à leur meilleure performance sur la table de cotation.