

Championnats de Meurthe et Moselle Épreuves Multiples Be/Mi
Dimanche 13 mars 2016 à METZ (L'Anneau)

Horaires

13h30	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 essais).
 - 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.