

# Masters

## Livret hivernal 2017-2018

### Compétitions de décembre 2017 à mars 2018

#### Cross :

- ch par départements                      dimanche 14 janvier 2018 : 33 à Léognan
- ch par paires de territoires              dimanche 4 février 2018 :
- Saint Savin de Blaye – 33 - (Zone Sud)
  - Montmoreau Saint Cybard– 16 - (Zone Nord)
- ch LANA    dimanche 25 février 2018 à Poitiers (86)

#### Lancers longs :

**Dimanche 18 février à Cenon de 12h à 17h**

Marteau, Disque, Javelot et Marteau lourd

Pré inscriptions obligatoires individuelles ou de groupe sur [masters@athlelana.fr](mailto:masters@athlelana.fr) avant le 16 février 24h,

Les programmes et horaires seront composés en fonction du nombre d'inscrits, en principe dans l'ordre M J D ML.

Confirmations individuelles sur place 45 minutes avant l'épreuve.

Ouvert aux athlètes nés avant le 18 février 1983 inclus.



## **SALLE :**

### **Championnat LANA Epreuves Combinées, dimanche 17 décembre 2017**

Stadium (Vélodrome), cours Jules Ladoumègue, 33300 Bordeaux

Au cours du ch LANA EC CJES, pentathlons masters :

Pentathlon féminin aux mêmes horaires que le pentathlon Senior  
60mhaies, hauteur, poids, longueur, 800m

Pentathlon masculin avec horaire spécifique  
60mhaies, longueur, poids, hauteur, 1000m

Engagements sur le site athlelana par le responsable de club.  
Ouvert aux athlètes nés avant le 17 décembre 1982 inclus.

### **Championnats LANA interclubs, samedi 6 janvier 2018 (9H-12H)**

(+ Championnat LANA triathlon (200m poids longueur), 3000m et 4x200m

+ coupe du 1000m (1° épreuve)+60m épreuve ouverte)

+ Match interligues LANA-OCC

Stadium (Vélodrome), cours Jules Ladoumègue, 33300 Bordeaux

#### Règlements interclubs

Epreuves supports de l'interclubs : 200m, 1000m, poids, longueur, relais 4\*200m.

Participation : mixte 35 ans et +

Au titre de l'interclubs un athlète peut participer à une course + un concours + un relais OU deux concours + un relais.

Concours : 3 essais

Deux juges ou aide-juges licenciés FFA fournis par équipe.

L'athlète ne peut être juge dans l'épreuve où il participe.

Forfait, abandon, disqualification ou athlète non licencié le jour de la compétition : zéro point.

En cas d'égalité de points, les équipes seront départagées aux points du relais et en cas d'égalité au meilleur score individuel.

#### Règlements interligues :

Epreuves supports de l'interclubs : 60m, 200m, 1000m, 3000m, poids, longueur, relais 4\*200m.

#### Modalités de calcul des points :

NB : si le chronométrage est manuel, le temps de tous les 200m sera majoré de 0,14 secondes.  
Application à chaque performance du coefficient lié à l'âge et au sexe suivant la table WMA, appliquée internationalement depuis mai 2014 aux épreuves combinées (par tranche de cinq ans).



Conversion en points (table épreuves combinées ou à défaut table IAAF) de la performance obtenue.

Totalisation pour chaque équipe des deux meilleurs par épreuve individuelle (hommes et femmes confondus) et des points doublés du relais.

Relais : prise en compte du temps moyen sur 200m (temps du relais divisé par 4) pondéré par le coefficient lié à l'âge et au sexe (prise en compte de l'âge du plus jeune du relais et des coefficients masculins si le relais est mixte).

Horaires :

Pré inscriptions individuelles ou de groupe sur [masters@athlelana.fr](mailto:masters@athlelana.fr) avant le 5 janvier 20h.

Confirmations individuelles et modifications sur place 45 minutes avant l'épreuve concernée.

Ouvert aux athlètes nés avant le 6 janvier 1983 inclus.

Matinée terminée par galettes et tirages des rois + éventuelles remises de récompenses de la saison 2017.

Horaire	Courses	Poids	Longueur
09h00	200m Féminines d'abord puis Masculins par âge décroissant		
09h10		Poids 1 (2, 3 et 4 kg)	Longueur 1 pour les athlètes ne faisant pas le triathlon
10h00	1000m (coupe du 1000 et pour l'interclubs)		
10h30	60m épreuve ouverte	Poids 2 (5, 6 et 7 kg)	
11h00			Longueur 2 pour les athlètes faisant le triathlon
11h15	3000m		
11h45	Relais 4*200m		

## Championnats LANA individuels 1ère matinée, samedi 17 février 2018 (9H-12H)

Stadium (Vélodrome), cours Jules Ladoumègue, 33300 Bordeaux

(ch indiv 200, 800, mile, 3000 marche F, 5000 marche M, 60haies, poids, longueur + relais 4\*200 en épreuve ouverte)

Règlements :

Concours individuel : 6 essais

Il sera possible pour un athlète d'effectuer 200m, poids et longueur en championnat individuel mais pour les athlètes faisant les 3 épreuves un calcul de triathlon sera aussi effectué en prenant en compte les 3 premiers essais du poids et de la longueur.

Horaires :

Pré inscriptions individuelles ou de groupe sur [masters@athlelana.fr](mailto:masters@athlelana.fr) avant le 16 février 20h.



Confirmations individuelles sur place 45 minutes avant le début de la première épreuve concernée.

Ouvert aux athlètes nés avant le 17 février 1983 inclus.

Horaire	Courses	Poids	Sauts
09h00	200m Féminines d'abord puis Masculins par âge décroissant		
09h10		Poids 1 (2, 3 et 4 kg)	Longueur 1 pour les athlètes ne faisant pas le triathlon
09h30	800m		
10h00	60mhaies		
10h15	3000marche féminin	Poids 2 (5, 6 et 7 kg)	
10h45	5000marche masculin		Longueur 2 pour les athlètes faisant le triathlon
11h35	Relais 4*200m en épreuve ouverte		
11h50	Mile		

## Championnats LANA individuels 2ème matinée

+ coupe du 1000m (2°épreuve) samedi 24 février 2018 (9H-12H)

(ch indiv 60, 400, 1500, perche, triple-saut, hauteur + 50, 200, poids et relais 4\*200 en épreuves ouvertes)

Stadium (Vélodrome), cours Jules Ladoumègue, 33300 Bordeaux

### Règlements :

Concours individuel

en championnat : 6 essais,

Poids en épreuve ouverte : 3 à 6 essais à l'appréciation du directeur de réunion en fonction du nombre des engagements et du déroulement de la compétition.

### Horaires :

Pré inscriptions individuelles ou de groupe sur [masters@athlelana.fr](mailto:masters@athlelana.fr) avant le 23 février 20h.

Confirmations sur place 45 minutes avant le début de la première épreuve concernée.

Ouvert aux athlètes nés avant le 24 février 1983 inclus.



HORAIRE	Championnat COURSES	Championnat CONCOURS	Epreuves Ouvertes
09h00	60m (Féminines d'abord puis Masculins par âge décroissant)		
09h10		Perche	Poids 2, 3 et 4 kg
09h20	1500m		
10h30	400m	Triple-saut	Poids 5, 6 et 7 kg
11h00		Hauteur	200m
11h30	1000m coupe		
11h50			50m



## Championnats France et Internationaux :

Championnat de France de cross : Plouay le dimanche 11 mars 2018.

Championnat de France en salle : Nantes du 9 au 11 février 2018.

Championnat d'Europe en salle : Madrid (Espagne) du 19 au 25 mars 2018.





Ligue d'Athlétisme  
Nouvelle-Aquitaine  
Maison régionale des sports  
2 avenue de l'Université  
33400 Talence  
FRANCE



[iana@athlelana.fr](mailto:iana@athlelana.fr)



05 57 00 11 50