

Championnat LANA de marteau au cours du Meeting 5M dimanche 15 avril 2018 Mérignac (33)

Pré inscriptions souhaitables jusqu'à la veille auprès du secrétariat CRAM LANA (masters@athlelana.fr)

Marteau : 6 groupes à partir de 11h00 → 5, 2, 3, 4, 6, 7 kg dans cet ordre, 6 essais

Championnat LANA pentathlon des lancers samedi 21 avril 2018 Limoges (87)

Pré inscriptions très souhaitables (!) jusqu'à la veille auprès du secrétariat CRAM LANA (masters@athlelana.fr)

3 essais par concours

Horaire	Concours
12h00	Marteau puis Poids puis Disque puis Javelot puis Marteau-lourd

En fonction des inscrits il sera fait 2 groupes de taille adéquate, le deuxième groupe démarrant à la suite du premier groupe.

Championnat Limousin-Périgord Épreuves Combinées 28-29 avril 2017 Guéret (23)

Pré inscriptions indispensables avant le mardi 24 avril à minuit auprès du secrétariat CRAM LANA (masters@athlelana.fr)

Décathlons Masculins et Heptathlons Féminins

Championnat LANA individuels 1^{ère} journée samedi 26 mai 2018 Saint-André-de-Cubzac (33)

Règlements

Concours individuels : 6 essais

Horaires

Pré inscriptions souhaitables jusqu'à la veille auprès du secrétariat CRAM LANA (masters@athlelana.fr)

Confirmations et inscriptions sur place 45 minutes avant le début de chaque épreuve.

Horaire	Courses	Lancers	Sauts
09h00	10000m	Disque 1kg	Perche
10h00	80-100-110 haies		
10h15	Mile		
10h30	5000 marche TC	Disque 1,5 et 2 kg	Hauteur
11h30	100m	Marteau-lourd	
11h45	400m		
12h00	1000m coupe (3/4)		
12h30	Relais 4x100m		



Championnat LANA individuels 2^{ème} journée samedi 2 juin 2018

Lormont (33)

Règlements

Concours individuels : 6 essais

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

Horaires

Pré inscriptions souhaitables jusqu'à la veille auprès du secrétariat CRAM LANA (masters@athlelana.fr)

Confirmations et inscriptions sur place 45 minutes avant le début de chaque épreuve.

Horaire	Courses	Lancers	Sauts
09h00	200m	Javelot	Triple-saut
09h20	5000m		
10h00	300-400 haies	Poids triathlon	Longueur hors triathlon
10h30	800m		
11h00	1500m	Poids hors triathlon	Longueur triathlon
12h00	Relais 4x400m		

Championnats LANA des Épreuves Combinées samedi 9 juin 2018

Saintes (17)

Pentathlons Masculins (longueur, javelot, 200m, disque, 1500m)

Pentathlons Féminins (haies, hauteur, poids, longueur, 800m)

Pré inscriptions jusqu'à la veille 22h auprès du secrétariat CRAM LANA (masters@athlelana.fr) ou sur le site de LANA.

Championnats LANA interclubs samedi 23 juin 2018 (13h-16h)

Talence (33)

Règlements interclubs

Épreuves supports de l'interclubs : 100m, 400m, 1500m, 3000m marche, poids, disque, longueur, relais 4x200m.

Participation : mixte 35 ans et + (naissance avant le 23/06/1983)

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.

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

Modalités de calcul des points :

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 de la performance obtenue.

Totalisation pour chaque club 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), les points du relais seront doublés.



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



lanas@athlelana.fr



05 57 00 11 50

Horaires

Pré inscriptions souhaitables jusqu'à la veille auprès du secrétariat CRAM LANA (masters@athlelana.fr)

Inscriptions individuelles sur place jusqu'à 45 minutes avant chaque épreuve.

Horaire	Courses	Lancers	Sauts
13h00	100m	Disque 1,5 et 2 kg et Poids 2, 3, 4 et 5 kg	
13h30	3000m marche		Longueur
14h00			
14h30	400m	Disque 1kg et Poids 6 et 7 kg	
15h00	1500m		
15h30	Relais 4x200m		

Coupe LANA Masters du 1000m (4/4) vendredi 6 juillet 2018

Talence (33), au cours de la soirée du 1000m de l'US Talence

[Nouvelle saison au 1^{er} septembre : pensez à renouveler votre licence avant de participer aux compétitions !](#)

Coupe des lancers et ch. pentalancers Gironde samedi 29 septembre 2018 (à confirmer)

Cenon (33)

Coupe des lancers (total des 3 meilleurs scores parmi poids, disque, javelot et marteau) et simultanément Pentathlon des lancers (marteau, poids, disque, javelot, marteau lourd)

Pré inscriptions souhaitables jusqu'à la veille auprès du correspondant Masters Gironde (francoisdurand@modulonet.fr)

3 essais par concours

Horaire	Concours
09h00	Marteau puis Poids puis Disque puis Javelot puis Marteau-lourd

Constitution éventuelle de 2 groupes selon le nombre d'athlètes, le deuxième groupe démarrant vers 10h00 à la suite du premier groupe.

Match interligues et Coupe des lancers Grand Sud samedi 6 octobre 2018

? (Département 31)

Compétition inter-ligues par équipes éventuellement mixtes (35 ans et +)

Pour la Coupe Grand Sud des lancers, les 3 meilleurs totaux par engin de chaque équipe seront comptabilisés (après conversion des performances selon la table WMA).

La compétition se déroulera en principe de 13h à 17h, le programme et les horaires des épreuves seront communiqués ultérieurement.

Pour une meilleure organisation, il est souhaitable d'envoyer vos engagements (individuels ou collectifs) au préalable (à masters@athlelana.fr)



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



lana@athlelana.fr



05 57 00 11 50

RAPPELS

Championnat de France Épreuves Individuelles 2018 : 15-16-17 juin 2018

Angers (49)

Pré inscriptions par les clubs avant le 8 juin, paiement individuel sur place.

Championnat de France Épreuves Combinées et Marche 2018 : 30 juin-1^{er} juillet 2018

Saint-Florentin (89)

Pré inscriptions par les clubs avant le 22 juin, paiement individuel sur place.

Championnat du Monde 2018 : du 4 au 16 septembre 2018

Malaga (ESP)

Inscriptions et paiements individuels par internet (<http://www.malaga2018.com/>) avant le 15 juillet.



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



lana@athlelana.fr



05 57 00 11 50