LIGUE NOUVELLE AQUITAINE ATHLÉTISME
ATHLÉ LIGUE RÉGIONALE

ATHLÉ FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME

| HAIES HAUTES | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Couleur | Distance | Catégorie | Nb Haies | Départ-1H | Intervalle | Der.H-Arrivée | Hauteur |
| Rouge | 50m | BF/BM | 5 | 11,5m | 7,5m | 8,5m | 0,65m |
| | | | | | | | 0,76m |
| Blanche | 80m | MF | 8 | 12m | 8m | 12m | 0,76m |
| | | | | | | | 0,84m |
| Jaune | 100m | CF | 10 | 13m | 8,5m | 10,5m | 0,76m |
| | | MM/JESF | | | | | 0,84m |
| Bleue | 110m | CM | 10 | 13,72m | 9,14m | 14,02m | 0,91m |
| | | JM | | | | | 0,99m |
| | | ESM | | | | | 1,06m |

| HAIES BASSES | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Couleur | Distance | Catégorie | Nb Haies | Départ-1H | Intervalle | Der.H-Arrivée | Hauteur |
| Bleue 1/2 | 200m | MF-MM | 10 | 21,46m | 18,28m | 14,02m | 0,76m |
| Verte | 400m | CJESF | 10 | 45m | 35m | 40m | 0,76m |
| | | CM | | | | | 0,84m |
| | | JESM | | | | | 0,91m |

| STEEPLE | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Couleur | Distance | Catégorie | Nb Haie + Riv. | 1ére Haie | Hauteur |
| + | 2000m ST | CJF | 18 + 5 | H3 | 0,76m |
| | | CM | | | 0,84m |
| | 3000m ST | ESF | 28 + 7 | H1 | 0,76m |
| | | JESM | | | 0,91m |

RÉGION Nouvelle-Aquitaine

| DELAIS ENTRE COURSES | |
|---|---|
| Distances | Temps |
| jusqu'à 200m inclus | 45' |
| >200m à 1000m inclus | 90' |
| > à 1000m | pas le même jour |

| ZONES ET PASSAGES RELAIS | | | |
|---|---|---|---|
| | zone passage | | rabat |
| 4x60m | 30m | | / |
| 4x100m | | | / |
| 4x200m | | | coureur 3 |
| 4x400 ≤ 4 éq. | 20m | | coureur 1 |
| 4x400 > 4 éq. | | | coureur 2 |

| ANEMOMETRIE (anémomètre placé à 2m maxi de la piste et à 1,22m de haut) | | | |
|---|---|---|---|
| Epreuves | Emplacement anémomètre | Temps | Déclenchement |
| 50m-50mH | à 25m ligne d'arrivée | 5" | A la flamme du pistolet |
| 100m | à 50m ligne d'arrivée | 10" | A la flamme du pistolet |
| 80mH-100mH-110mH | | 13" | |
| 200m | | 10" | Lorsque le 1er de la course entre dans la ligne droite |
| 200mH | | 13" | |
| Longueur | à 20m de la planche | 5" | Plot à 40m de la planche ou lorsque l'athlète part |
| Triple saut | | | Plot à 35m de la planche ou lorsque l'athlète part |

Lecture au 1/10éme supérieure ex: +1,34…..**+1,4** -1,34…..**-1,3**

Ep. Individuelle , pour homologuer un record, la vitesse moyenne ne doit pas dépasser **2m/s**

Ep. Combinées, pour homologuer un record, la vitesse moyenne (somme des vents/nb ép.) ne doit pas dépasser **2m/s**

| HAIES HAUTES - SALLE | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Couleur | Distance | Catégorie | Nb Haies | Départ-1H | Intervalle | Dér.H-Arrivée | Hauteur |
| Rouge | 50m | BF/BM | 5 | 11,5m | 7,5m | 8,5m | 0,65m |
| Blanche | 50m | MF | 4 | 12m | 8m | 14m | 0,76m |
| Jaune | 50m | CF | 4 | 13m | 8,5m | 11,5m | 0,76m |
| | | MM/JSF | | | | | 0,84m |
| Bleue | 50m | CM | 4 | 13,72m | 9,14m | 8,86m | 0,91m |
| | | JM | | | | | 0,99m |
| | | ESM | | | | | 1,06m |
| Jaune | 60m | CF | 5 | 13m | 8,5m | 13m | 0,76m |
| | | JESF | | | | | 0,84m |
| Bleue | 60m | CM | 5 | 13,72m | 9,14m | 9,72m | 0,91m |
| | | JM | | | | | 0,99m |
| | | ESM | | | | | 1,06m |

**28/02/2020**

LIGUE NOUVELLE-AQUITAINE ATHLETISME

ATHLÉ

LIGUE RÉGIONALE

| POIDS DES ENGINS | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Catégories | POIDS | MARTEAU | DISQUE | JAVELOT |
| BF | 2kg | 2kg | 0,6kg | 400g |
| MF | 3kg | 3kg | 0,8kg | 500g |
| CF | | | 1kg | |
| JESF | 4kg | 4kg | | 600g |
| BM | 3kg | 3kg | 1kg | 500g |
| MM | 4kg | 4kg | 1,250kg | 600g |
| CM | 5kg | 5kg | 1,500kg | 700g |
| JM | 6kg | 6kg | 1,750kg | 800g |
| ESM | 7,260kg | 7,260kg | 2kg | |

**Chpts: 3 essais+3 essais aux 8 meilleurs, ordre inversé**

**Concours de qualification: 3 essais Q / q**

**Interclubs: 6 essais ordre de la feuille de concours**

**Equipe Athlé: 4 essais lancers, longueur, triple-sauts et 8 essais hauteur, perche si 8ème essai réussi, tentative supplémentaire jusqu'au 1er échec.**

**Sauts de Barrage**

**Uniquement pour la 1ére place en Hauteur et Perche**

**Hauteur: ± 2cm**

**Perche: ± 5cm**

| DELAIS POUR LES CONCOURS | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Concours | > 3 athlètes | 2-3 athlètes | 1 athlète | | essais consécutifs |
| | | | Individuel | Ep. Comb. | |
| PERCHE | 1' | 2' | 5' | 3' | 3' |
| HAUTEUR | | 1'30" | 3' | 2' | 2' |
| AUTRES | | | 2' | | |

**Temps accordé pour le 1er essai d'un athlète commennçant la compétition: 1'**

**Si un athlète est seul pour une tentative de reccord liée à la compétition, le temps sera augmenté de 1'**

**Calcul du nombre d'athlète: inclure tous les athlètes qui pourraient être impliqués dans un saut pour la 1ère place**

| EPREUVES COMBINEES STADE | | |
|---|---|---|
| | 1ére journée | 2ème journée |
| Tétrathlon BF | 50mH, Hauteur, Javelot, 1000m | |
| Heptathlon MF | 80mH, Hauteur, Poids, 100m | Longueur, Javelot, 1000m |
| Heptathlon CJF | 100mH, Hauteur ou Longueur, Poids ou Javelot, 200m | Longueur ou Hauteur, Javelot ou Poids, 800m |
| Heptathlon ESF | 100mH, Hauteur, Poids, 200m | Longueur, Javelot, 800m |
| Tétrathlon BM | 50mH, Disque, Hauteur, 1000m | |
| Octathlon MM | 100mH, Poids, Perche, Javelot | 100m, Hauteur, Disque, 1000m |
| Décathlon CJM | 100m, Long, Poids ou Javelot, Haut. ou Perche, 400m | 110mH, Disq, Perche ou Haut, Jav ou Poids, 1500m |
| Décathlon ESM | 100m, Longueur, Poids, Hauteur, 400m | 110mH, Disque, Perche, Javelot, 1500m |

| EPREUVES COMBINEES SALLE | | |
|---|---|---|
| | 1ére journée | 2ème journée |
| Tétrathlon BF | Hauteur, 50mH, Poids, 1000m | |
| Pentathlon MF | Longueur, 50mH, Poids, Hauteur, 1000m | |
| Pentathlon CJESF | 60mH, Hauteur, Poids, Longueur, 800m | |
| Tétrathlon BM | Long,Poids,50mH,1000m ou Perche,Poids,50mH,1000m | |
| Pentathlon MM | 50mH, Hauteur, Poids, Longueur ou Perche, 1000m | |
| Heptathlon CJESM | 60m, Longueur, Poids, Hauteur | 60mH, Perche, 1000m |

**3 essais**

**Hauteur: 3 en 3cm pendant tout le concours**

**Perche: 10 en 10cm pendant tout le concours**

**30' entre fin d'une épreuve et début de la suivante**

**10h entre fin 1ére journée et début 2ème journée**

NP = non partant (DNS)
AB = n'a pas terminé l'épreuve (DNF)
DQ = disqualifié (suivi du numéro de la règle)
NC = aucun essai valable enregistré (non classé)
(O) = essai réussi dans le saut en hauteur et saut à la perche
"X " = essai manqué dans les concours
" - " = essai non tenté dans les concours
Q = Qualifié à la place dans les courses
q = qualifié au temps dans les courses
Q = qualifié par la performance dans les concours (standard de qualification)
q = qualifié sans performance dans les concours (hors standard de qualification)
qr = avancé dans le tour suivant par le Juge-Arbitre (requalifié)
qJ = avancé dans le tour suivant par le Jury d'Appel 'requalifié)
">" Genou plié (épreuve de marche)
"~" Perte de contact (épreuve de marche)
CJ = carton jaune
CJ2 = 2ème carton jaune
CR = carton rouge

## FAUX DEPARTS

**CJES : Disqualification de l'athlète qui fait le faux départ**
**carton MI ROUGE/MI NOIRE**

**Benjamin U14 : Disqualification au 2ème faux départ du même athlète**
**carton MI JAUNE/MI NOIRE puis MI ROUGE/MI NOIRE**

**Minime U16 et Epreuves Combinées: Disqualification à partir du 2ème faux départ de la course**
**carton MI JAUNE/MI NOIRE puis MI ROUGE/MI NOIRE**

## MARQUES

**Marque organisateur ou ruban adhésif , craie interdite**
**1 ou 2 marques: long, triple sauts, haut, perche, javelot**
**1 marque amovible derrière le cercle: pds, dsq, marteau**
**1 marque 40x5cm maxi: relais**

**28/02/2020**