

## Championnats Pré-Régional en Salle

### SAMEDI 14 ET DIMANCHE 15 Janvier 2023

#### 1 - Présentation de l'épreuve :

Cette compétition pré-régionale se déroule sur 2 organisations distinctes pour les épreuves hors anneau:

Les épreuves anneaux à partir du 200m auront lieu à Bordeaux Lac le Dimanche 15 janvier.

- La zone Nord concerne les comités : 16-17-19-23-24-86-87
- La zone Sud concerne les comités : 33-40-47-64

#### 2 - Conditions de participation pour les athlètes CA JU ES SE de la Ligue LANA.

- Date de réalisation des performances : Entre le 1<sup>er</sup> Novembre 2022 et le 8 janvier 2023 (*Voir Quota page 8*).
- Parution de la liste des qualifiables le 9 janvier.
- **Confirmation d'engagements en ligne sur le site de la Ligue LANA avant le mercredi 11 janvier 23h59.**
- Parution de la **liste des engagés** : Jeudi 12 janvier.

**Demande de repêchage à** compléter au plus tard le *9 janvier 22h* : Formulaire en ligne (lien sur le site de la Ligue LANA). Les repêchages seront validés par la CSOR (faire partie au minimum du top 8 de sa Zone dans la discipline demandée sur l'Eté 2022)

#### 3 - Conditions de participation pour les athlètes HORS LIGUE.

- Avoir réalisé, dans une compétition officielle enregistrée sur SIFFA les performances plancher d'engagement Hors Ligue (*Voir page 13*).

**Demande d'engagement en ligne** à compléter au plus tard le *9 janvier 22h* : Acquitter sur place le jour de la compétition un droit de participation de 10 € par athlète (à l'ordre de la LANA).

#### 4 – Informations complémentaires.

- **Engagements en ligne du jury sur le site de la Ligue LANA avant le mercredi 11 janvier 23h59** en respectant les quotas indiqués dans ce livret (*pages 7*).
- Les permutations entre zones ne seront pas acceptées sauf dérogation pour les étudiants résidant dans une autre zone.
- Les horaires prévisionnels seront consultables sur le site de la Ligue LANA. Les horaires définitifs seront mis en ligne sur ce site le jeudi précédent la compétition (après clôture des engagements).

# Championnats Régionaux EPREUVES COMBINEES et Marche en Salle

SAMEDI 21 ET DIMANCHE 22 Janvier 2023

## 1 - Présentation de l'épreuve :

Championnats régionaux LANA: Pentathlon CAF JUF ESF SEF, Heptathlon CAM JUM ESM SEM, 3000m marche CAF JUF ESF SEF et 5000m marche CAM JUM ESM SEM.

## 2 - Conditions de participation pour les athlètes CA JU ES SE de la Ligue LANA.

- Date de réalisation des performances : Entre le 1<sup>er</sup> novembre 2022 et le 15 janvier 2022 (*Voir Quota page 9*).
- Parution de la liste des qualifiables le 16 janvier.
- **Confirmation d'engagements en ligne sur le site de la Ligue LANA avant le mercredi 19 janvier 23h59.**
- Parution de la **liste des engagés** : Jeudi 19 Janvier.

**Demande de repêchage à** compléter au plus tard le *16 janvier 22h* : Formulaire en ligne (lien sur le site de la Ligue LANA). Les repêchages seront validés par la CSOR (faire partie au minimum du top 8 de la ligue dans la discipline demandée sur l'Eté 2022)

## 3 - Conditions de participation pour les athlètes HORS LIGUE.

- Avoir réalisé, dans une compétition officielle enregistrée sur SIFFA les performances plancher d'engagement Hors Ligue (*Voir page 13*).

**Demande d'engagement en ligne** à compléter au plus tard le *16 janvier 2022 22h* : Acquitter sur place le jour de la compétition un droit de participation de 10 € par athlète (à l'ordre de la LANA).

## 4 – Informations complémentaires.

- **Engagements en ligne du jury sur le site de la Ligue LANA avant le mercredi 18 janvier 23h59** en respectant les quotas indiqués dans ce livret (*pages 7*).
- Les permutations entre zones ne seront pas acceptées sauf dérogation pour les étudiants résidant dans une autre zone.
- Les horaires prévisionnels seront consultables sur le site de la Ligue LANA. Les horaires définitifs seront mis en ligne sur ce site le jeudi précédent la compétition (après clôture des engagements).

# Championnat Régionaux en Salle ELITE

**Dimanche 29 janvier 2023**

## 1 - Présentation de l'épreuve :

Ce Championnat concerne les catégories à partir de Cadets.

## 2 - Conditions de participation pour les athlètes ES SE de la Ligue LANA.

- Date de réalisation des performances : Entre le 1<sup>er</sup> Novembre 2022 et le 22 janvier 2023 (*Voir Quota page 10*).
- Parution de la liste des qualifiables le 23 janvier.
- **Confirmation d'engagements en ligne sur le site de la Ligue LANA avant le mercredi 25 janvier 23h59.**
- Parution de la **liste des engagés** : Jeudi 26 Janvier.

**Demande de repêchage à** compléter au plus tard *le 23 janvier 22h*: Formulaire en ligne (lien sur le site de la ligue). Les repêchages seront validés par la CSOR (faire partie au minimum du top 8 de sa Zone dans la discipline demandée sur l'Été 2022)

## 3 - Conditions de participation pour les athlètes HORS LIGUE.

- Avoir réalisé, dans une compétition officielle enregistrée sur SIFFA les performances plancher d'engagement Hors Ligue (*Voir page 13*).

**Demande d'engagement en ligne** à compléter au plus tard *le 23 janvier 2022 22h* : Acquitter sur place le jour de la compétition un droit de participation de 10 € par athlète (à l'ordre de la LANA).

## 4 – Informations complémentaires.

- **Engagements en ligne du jury sur le site de la Ligue LANA** *avant le mercredi 25 janvier 23h59* en respectant les quotas indiqués dans ce livret (*pages 7*).
- Les permutations entre zones ne seront pas acceptées sauf dérogation pour les étudiants résidant dans une autre zone.
- Les horaires prévisionnels seront consultables sur le site LANA. Les horaires définitifs seront mis en ligne sur ce site le jeudi précédent la compétition (après clôture des engagements).

## Championnat Régionaux en Salle CA/JU

**Samedi 11 Février 2022**

### 1 - Présentation de l'épreuve :

Ce Championnat est réservé aux catégories Cadets et Juniors.

### 2 - Conditions de participation pour les athlètes CA JU de la Ligue LANA.

- Date de réalisation des performances : Entre le 1<sup>er</sup> Novembre 2022 et le 5 février 2022 (*Voir Quota page 11*)
- Parution de la liste des qualifiables le 6 février
- **Confirmation d'engagements en ligne sur le site de la Ligue LANA avant le mercredi 8 février 23h59.**
- Parution de la **liste des engagés** : Jeudi 9 février.

**Demande de repêchage** à compléter au plus tard *le 6 février 22h*: Formulaire en ligne (lien sur le site de la ligue). Les repêchages seront validés par la CSOR (faire partie au minimum du top 8 de sa Zone dans la discipline demandée sur l'Été 2022)

### 3 - Conditions de participation pour les athlètes HORS LIGUE.

- Avoir réalisé, dans une compétition officielle enregistrée sur SIFFA les performances plancher d'engagement Hors Ligue (*Voir page 13*).

**Demande d'engagement en ligne** à compléter au plus tard *le 6 février 2023 22h* : Acquitter sur place le jour de la compétition un droit de participation de 10 € par athlète (à l'ordre de la LANA).

### 4 – Informations complémentaires.

- **Engagements en ligne du jury sur le site de la Ligue LANA** *avant le mercredi 8 février 23h59* en respectant les quotas indiqués dans ce livret (*pages 7*).
- Les permutations entre zones ne seront pas acceptées sauf dérogation pour les étudiants résidant dans une autre zone.
- Les horaires prévisionnels seront consultables sur le site LANA. Les horaires définitifs seront mis en ligne sur ce site le jeudi précédent la compétition (après clôture des engagements).

# Championnat Pré-Régional Lancer Long

## Dimanche 22 janvier

### 1 - Présentation de l'épreuve :

Cette compétition pré-régionale se déroule sur 2 organisations distinctes.

### 2 - Conditions de participation pour les athlètes CA JU ES SE de la Ligue LANA.

- Date de réalisation des performances : Entre le 1<sup>er</sup> Novembre 2022 et le 15 janvier 2023 (Voir Quota page 12).
- Parution de la liste des qualifiables le 16 janvier.
- **Confirmation d'engagements en ligne sur le site de la Ligue LANA avant le mercredi 18 janvier 23h59.**
- Parution de la **liste des engagés** : Jeudi 19 janvier.

**Demande de repêchage à** compléter au plus tard *le 16 janvier 22h*: Formulaire en ligne (lien sur le site de la ligue). Les repêchages seront validés par la CSOR (faire partie au minimum du top 8 de sa Zone dans la discipline demandée sur l'Été 2022).

### 3 - Conditions de participation pour les athlètes HORS LIGUE

- Avoir réalisé, dans une compétition officielle enregistrée sur SIFFA les performances plancher d'engagement Hors Ligue (Voir page 13).

**Demande d'engagement en ligne** à compléter au plus tard *le 16 janvier 2022 22h* : Acquitter sur place le jour de la compétition un droit de participation de 10 € par athlète (à l'ordre de la LANA).

### 4 – Informations complémentaires

- **Engagements en ligne du jury sur le site de la Ligue LANA avant le mercredi 18 janvier 23h59** en respectant les quotas indiqués dans ce livret (page 7).
- Les permutations entre zones ne seront pas acceptées sauf dérogation pour les étudiants résidant dans une autre zone.
- Les horaires prévisionnels seront consultables sur le site LANA. Les horaires définitifs seront mis en ligne sur ce site le jeudi précédent la compétition (après clôture des engagements).

## Championnat Régionaux Lancer Long

Dimanche 12 Février

### 1 - Présentation de l'épreuve :

Ce Championnat est réservé aux catégories Cadets et Juniors.

### 2 - Conditions de participation pour les athlètes CA JU ES SE de la ligue LANA

- Date de réalisation des performances : Entre le 1<sup>er</sup> novembre 2021 et le 2023 (*Voir Quota page 12*).
- Parution de la liste des qualifiables le 6 février.
- **Confirmation d'engagements en ligne sur le site de la Ligue LANA avant le mercredi 8 février 23h59.**
- Parution de la **liste des engagés** : Jeudi 9 février.

**Demande de repêchage à** compléter au plus tard le *6 février 22h* : Formulaire en ligne (lien sur le site de la ligue). Les repêchages seront validés par la CSOR (faire partie au minimum du top 8 de sa Zone dans la discipline demandée sur l'Été 2022).

### 3 - Conditions de participation pour les athlètes HORS LIGUE

- Avoir réalisé, dans une compétition officielle enregistrée sur SIFFA les performances plancher d'engagement Hors Ligue (*Voir page 13*).

**Demande d'engagement en ligne** à compléter au plus tard le *6 février 2022 12h* : Acquitter sur place le jour de la compétition un droit de participation de 10 € par athlète (à l'ordre de la LANA).

### 4 – Informations complémentaires

- **Engagements en ligne du jury sur le site de la Ligue LANA avant le mercredi 8 février 23h59** en respectant les quotas indiqués dans ce livret (*page 7*).
- Les permutations entre zones ne seront pas acceptées sauf dérogation pour les étudiants résidant dans une autre zone.
- Les horaires prévisionnels seront consultables sur le site LANA. Les horaires définitifs seront mis en ligne sur ce site le jeudi précédent la compétition (après clôture des engagements).

## QUOTAS JURY

Chaque club doit engager son jury en fonction du nombre d'athlètes inscrits :

L'inscription des jurys est obligatoire sur le site de la Ligue LANA avant 23h59, le mercredi précédant la compétition.

Attention : Les juges s'inscrivant sur place ne seront pas assurés de bénéficier de la restauration

Compte pour les quotas : Juge Niveau 2 et Jeune Juge Régionaux.

Pénalité pour les assistants sera supprimé s'il obtient le niveau 2 avant le 31 juillet.

Le directeur de réunion pourra être amené à changer les affectations des juges pour le bon fonctionnement de la compétition.

Une pénalité de 150 euros sera demandée au club par juge manquant.

- **Compétitions d'Épreuves Combinées :**
  - 1 à 2 athlètes : 1 officiel
  - De 3 à 5 athlètes : 2 officiels
  - De 6 à 9 athlètes : 3 officiels
  - De 9 à 15 athlètes : 4 officiels
  - 15 athlètes et + : 5 officiels
  
- **Compétitions d'épreuves individuelles :**
  - De 2 à 5 athlètes : 1 officiel
  - De 6 à 11 athlètes : 2 officiels
  - De 12 à 19 athlètes : 3 officiels
  - De 20 à 30 athlètes : 4 officiels
  - De 31 à 40 athlètes : 5 officiels
  - 41 athlètes et + : 6 officiels
  
- **Compétitions de Lancers hivernaux :**
  - 1 à 3 athlètes : 1 officiel
  - De 4 à 6 athlètes : 2 officiels
  - De 7 athlètes à 9 athlètes : 3 officiels
  - De 10 athlètes à 12 athlètes : 4 officiels
  - 13 athlètes et plus : 5 officiels

## QUOTAS

### Championnat Pré-Régional en Salle SAMEDI 14 ET DIMANCHE 15 Janvier 2023

#### Féminin

CAF		JUF		ESV F	
	QUOTAS		QUOTAS		QUOTAS
60m	36	60m	36	60m	36
200m	16	200m	16	200m	24
400m	16	400m	16	400m	24
800m	12	800m	12	800m	16
1500m		1500m		1500m	12
3000m		3000m		3000m	12
60m haies	24	60m haies	24	60m haies	24
HAUTEUR	16	HAUTEUR	12	HAUTEUR	12
PERCHE	16	PERCHE	12	PERCHE	12
LONGUEUR	16	LONGUEUR	12	LONGUEUR	12
TRIPLE-SAUT	16	TRIPLE-SAUT	12	TRIPLE-SAUT	12
POIDS	16	POIDS	12	POIDS	12

#### Masculin

CAM		JUM		ESV M	
	QUOTAS		QUOTAS		QUOTAS
60m	36	60m	36	60m	36
200m	16	200m	16	200m	24
400m	24	400m	24	400m	24
800m	12	800m	12	800m	16
1500m		1500m		1500m	16
3000m		3000m		3000m	12
60m haies	24	60m haies	24	60m haies	24
HAUTEUR	16	HAUTEUR	12	HAUTEUR	12
PERCHE	16	PERCHE	12	PERCHE	12
LONGUEUR	16	LONGUEUR	12	LONGUEUR	12
TRIPLE-SAUT	16	TRIPLE-SAUT	12	TRIPLE-SAUT	12
POIDS	16	POIDS	12	POIDS	12



## QUOTAS

### Championnats Régionaux EPREUVES COMBINEES et Marche en Salle

SAMEDI 21 ET DIMANCHE 22 Janvier 2023

#### Féminin

	CAF	JUF	ESV F
PENTATHLON	16	12	12
3000M MARCHE	Engagements libres	Engagements libres	Engagements libres

#### Masculin

	CAM	JUM	ESV M
HEPTATHLON	16	12	12
5000M MARCHE	Engagements libres	Engagements libres	Engagements libres

## QUOTAS

### Championnats Régionaux en Salle ELITE Dimanche 29 janvier 2023

<b>Féminin</b>	
	QUOTAS
60m	36
200m	24
400m	24
800m	16
1500m	12
3000m	12
60m haies 76cm	12
60m haies 84cm	24
HAUTEUR	12
PERCHE	12
LONGUEUR	12
TRIPLE-SAUT	12
POIDS 3kg	8
Poids 4kg	16
PENTATHLON	12

<b>Masculin</b>	
	QUOTAS
60m	36
200m	24
400m	24
800m	16
1500m	16
3000m	12
60m haies 91cm	12
60m haies 99cm	12
60m Haies 106cm	18
PERCHE	16
LONGUEUR	16
TRIPLE-SAUT	16
POIDS 5kg	8
Poids 6g	8
Poids 7 kg	16
HEPTATHLON	12

## QUOTAS

### Championnats Régionaux en Salle CA/JU Samedi 11 Février 2022

#### Féminin

CAF		JUF	
	QUOTAS		QUOTAS
60m	36	60m	36
200m	24	200m	24
400m	16	400m	16
800m	12	800m	12
1500m		1500m	
3000m		3000m	
60m haies	24	60m haies	24
HAUTEUR	16	HAUTEUR	12
PERCHE	16	PERCHE	12
LONGUEUR	16	LONGUEUR	12
TRIPLE-SAUT	16	TRIPLE-SAUT	12
POIDS	16	POIDS	12
PENTATHLON	16	PENTATHLON	12

#### Masculin

CAM		JUM	
	QUOTAS		QUOTAS
60m	36	60m	36
200m	24	200m	24
400m	16	400m	16
800m	12	800m	12
1500m		1500m	
3000m		3000m	
60m haies	24	60m haies	24
HAUTEUR	16	HAUTEUR	12
PERCHE	16	PERCHE	12
LONGUEUR	16	LONGUEUR	16
TRIPLE-SAUT	16	TRIPLE-SAUT	12
POIDS	16	POIDS	12
HEPTATHLON	16	HEPTATHLON	12

## QUOTAS

### Championnat Pré-Régional Lancer Long

**Dimanche 22 janvier**

	CADETS	JUNIORS	ESPOIR/SENIOR
Javelot	16	12	12
Disque	16	12	12
Marteau	16	12	12

## QUOTAS

### Championnats Régionaux Lancer Long

**Dimanche 12 Février**

	CADETS	JUNIORS	ESPOIR/SENIOR
Javelot	16	12	12
Disque	16	12	12
Marteau	16	12	12

## HORS LIGUE

### Féminin

CAF		JUF		ESV F	
	Perf plancher		Perf plancher		Perf plancher
60m	8"30	60m	8"20	60m	8"10
200m	27"20	200m	26"80	200m	26"50
400m	63"00	400m	62"00	400m	60"00
800m	2'24	800m	2'20	800m	2'18
1500m		1500m		1500m	5'00
3000m		3000m		3000m	11'00
60m haies	9"50	60m haies	9"50	60m haies	9"50
HAUTEUR	1m52	HAUTEUR	1m56	HAUTEUR	1m60
PERCHE	2m80	PERCHE	3m00	PERCHE	3m20
LONGUEUR	5m20	LONGUEUR	5m40	LONGUEUR	5m50
TRIPLE-SAUT	10m80	TRIPLE-SAUT	11m20	TRIPLE-SAUT	11m40
POIDS	10m00	POIDS	10m00	POIDS	10m50
PENTATHLON	2800 pts	PENTATHLON	3000pts	PENTATHLON	3200 pts

### Masculin

CAM		JUM		ESV M	
	Perf plancher		Perf plancher		Perf plancher
60m	7"40	60m	7"30	60m	7"20
200m	23"80	200m	23"40	200m	23"00
400m	54"00	400m	53"00	400m	52"àà
800m	2'02	800m	1'58	800m	1'55
1500m		1500m		1500m	4'05
3000m		3000m		3000m	8'45
60m haies	8'60	60m haies	8'60	60m haies	8'60
HAUTEUR	1m80	HAUTEUR	1m85	HAUTEUR	1m90
PERCHE	3m80	PERCHE	4m20	PERCHE	4m60
LONGUEUR	6m20	LONGUEUR	6m40	LONGUEUR	6m60
TRIPLE-SAUT	12m80	TRIPLE-SAUT	13m20	TRIPLE-SAUT	13m60
POIDS	12m00	POIDS	12m00	POIDS	12m00
HEPTATHLON	3800 pts	HEPTATHLON	4000 pts	HEPTATHLON	4200 pts