

Championnat régional LANA Epreuves Combinées et Marche

Catégories CJES et U16

Samedi 03 juin 2023

Stade Pierre Paul BERNARD bois de Thouars 33400 TALENCE

- * Heptathlon MIF CAF JUF ESF SEF
- * Octathlon MIM
- * Decathlon CAM JUM ESM SEM
- * Pentathlon MAF et MAM hors championnat

Mise à jour du jeudi 1er juin 2023

Confirmation de participation des athlètes au plus tard 1h00 avant le début de chaque journée

MIF	CAF	JUF	ESF	MAF	HORAIRES	MAM	ESM	JUM	CAM	MIM
14 athlètes	10 athlètes	5 athlètes	5 athlètes	Penta	Samedi	Penta	14 athlètes	10 athlètes	16 athlètes	12 athlètes
Réunion et mise en place du jury					11:30	Réunion et mise en place du jury				
					12:00	Longueur	100m			
						Javelot		100m		
									100m	
					12:45					100m haies
			100m haies		13:00					
	100m haies									
80m haies				haies	13:45					
					14:00	200m				
Longueur	Hauteur	Hauteur		Poids		Disque	Longueur	Longueur	Longueur	Perche
Javelot	Poids	Poids		Hauteur			Poids	Poids	Javelot	Javelot
				Longueur			Hauteur	Hauteur	Perche	Poids
100m	200m	200m	200m	800m		1500m	400m	400m	400m	

L'engagement des athlètes à ces championnats régionaux vaut un véritable engagement à toutes les épreuves des heptathlons et décathlons. Toute "impassé" pourra être sanctionnée d'une disqualification.

2 sautoirs en hauteur

aire de javelot à côté de la cage de disque

Perche des CAM le samedi et hauteur le dimanche

quotas de juges sur le livret estival (<https://athlelana.com/wp-content/uploads/2023/03/Livret-Estival-2023-2.pdf>)

Engagement des masters uniquement par mail auprès de francoisdurand@modulonet.fr

Championnat régional LANA Epreuves Combinées et Marche

Catégories CJES et U16

Dimanche 04 juin 2023

Stade Pierre Paul BERNARD bois de Thouars 33400 TALENCE

- * Heptathlon MIF CAF JUF ESF SEF
- * Octathlon MIM
- * Decathlon CAM JUM ESM SEM
- * Marche 5000m et 10000m

Mise à jour du jeudi 1er juin 2023

Confirmation de participation des athlètes au plus tard 1h00 avant le début de chaque journée

MIF	CAF	JUF	ESF	HORAIRES	ESM	JUM	CAM	MIM
14 athlètes	10 athlètes	5 athlètes	5 athlètes	Dimanche	14 athlètes	10 athlètes	16 athlètes	12 athlètes
5000m Marche				09:45	5000m Marche			
Réunion et mise en place du jury				10:00	Réunion et mise en place du jury			
				10:30	110m haies			
						110m haies		
Hauteur	Longueur			11:00			110m haies	
								100m
10000m Marche				11:30	10000m Marche			
		Longueur		12:00				
				12:45				
						Javelot		
					Disque	Disque	Poids	Hauteur
Poids	Javelot	Javelot			Perche	Perche	Hauteur	Disque
					Javelot		Disque	
1000m	800m	800m			1500m	1500m	1500m	1000m

L'engagement des athlètes à ces championnats régionaux vaut un véritable engagement à toutes les épreuves des heptathlons et décathlons. Toute "impasse" pourra être sanctionnée d'une disqualification.

2 sautoirs en hauteur

Aire de javelot à côté de la cage de disque

Perche des CAM le samedi et hauteur le dimanche

quotas de juges sur le livret estival (<https://athlelana.com/wp-content/uploads/2023/03/Livret-Estival-2023-2.pdf>)

Tableau indicatif qui détermine l'ordre des épreuves mais qui pourra évoluer selon le déroulement de la compétition

Mise à jour du jeudi 1er juin 2023

Prévision des enchaînements pour samedi 03 juin

	LG1	LG2	Ht1	Ht2	Perche	Dsq	Jvt	Pds	COURSES	
12:00	MAM								100 ESM	12:00
12:15									100 JUM	12:15
12:30									100 CAM	12:30
12:45	ESM								100H MIM	12:45
13:00							MAM		100H JESF	13:00
13:15		CAM								13:15
13:30									100H CAF	13:30
13:45									80H MIF	13:45
14:00	JUM				MIM				Haies MAF	14:00
14:15									200 MAM	14:15
14:30			CAF	JESF				MAF		14:30
14:45										14:45
15:00	MIF						CAM			15:00
15:15						MAM		ESM		15:15
15:30										15:30
15:45			MAF							15:45
16:00								JUM		16:00
16:15					CAM					16:15
16:30			ESM				MIF		1500 MAM	16:30
16:45		MAF						CAF		16:45
17:00										17:00
17:15				JUM						17:15
17:30							MIM	JESF	800 MAF	17:30
17:45									100 MIF	17:45
18:00									200 CAF	18:00
18:15										18:15
18:30								MIM	200 JESF	18:30
18:45									400 ESM	18:45
19:00									400 JUM	19:00
19:15									400 CAM	19:15

Fin estimée de la première journée vers 19h45

Prévision des enchaînements pour dimanche 04 juin

	LG1	LG2	Ht1	Ht2	Perche	Dsq	Jvt	Pds	COURSES	
09:45									5000m Marche	09:45
10:30									110H ESM	10:30
10:45									110H JUM	10:45
11:00	CAF		MIF						110H CAM	11:00
11:15						ESM			100 MIM	11:15
11:30									10000m Marche	11:30
11:45							JUM			11:45
12:00		JESF						CAM		12:00
12:15										12:15
12:30			MIM		ESM					12:30
12:45							CAF			12:45
13:00						JUM		MIF		13:00
13:15										13:15
13:30										13:30
13:45							JESF			13:45
14:00			CAM							14:00
14:15						MIM				14:15
14:30										14:30
14:45					JUM					14:45
15:00							ESM		1000 MIF	15:00
15:15									1000 MIM	15:15
15:30						CAM			800 CAF	15:30
15:45									800 JESF	15:45
16:00										16:00
16:15										16:15
16:30										16:30
16:45										16:45
17:00									1500 ESM	17:00
17:15									1500 CAM	17:15
17:30										17:30
17:45										17:45
18:00									1500 JUM	18:00
18:15										18:15
18:30										18:30

Fin estimée de la compétition vers 18h30