

**Championnats Régionaux U16 en salle LANA**  
Samedi 28 Février 2026 (Salle Marie Jose Pérec - CHEOPS, Limoges)

		Courses	Longueur	Triple saut	Hauteur	Perche	Poids		
S A M E D I  2 8  F É V R I E R		Réunion du Jury							11h00
			MIF	MIM	MIM	MIF	MIM	11h30	
	12h00	Séries 50m Haies	F						
	12h30	Séries 50m Haies	M						
	13h00	Séries 50m	F				MIF	13h00	
	13h15	Séries 50m	M						
	13h30	Finales 50m Haies (A / B)	F						
	13h45	Finales 50m Haies (A / B)	M						
	14h00	Finales 50m (A / B)	F			MIF	MIM	14h00	
	14h15	Finales 50m (A / B)	M						
	14h30	1000m	F	MIM	MIF			14h30	
	14h45	1000m	M						
	16h00	Relais 4 x 1 Tour de piste	F						
	16h10	Relais 4 x 1 Tour de piste	M						
	16h20	Relais 4 x 1 Tour de piste	Mixte						
	16h30	<i>Fin des épreuves</i>							16h30

**Règlement Technique | Championnats Régionaux U16 en salle LANA**

**1) Confirmation d'engagement**

**Courses :** confirmation sur les feuilles d'engagement **au maximum 45 min** avant de le début de l'épreuve.

**Concours :** confirmation sur le lieu du concours **au maximum 30 min** avant de le début de l'épreuve  
(auprès du Chef de plateau au cours de l'échauffement).

**Perche: 45 min au maximum**

**2) Protocole**

Protocole (podiums et remise des titres) à l'issue de chaque finale.

**3) Montées de barres**

Hauteur	U16 F :	1m38 - 1m42 - 1m46 - 1m50 - 1m54 - 1m58 - 1m62 - 1m66 - <b>1m68</b> , puis de 2 en 2 cm (1m70, 72...)
	U16 M :	1m47 - 1m51 - 1 m55 - 1m59 - 1m63 - 1m67 - 1m71 - 1m75 - <b>1m77</b> , puis de 2 en 2 cm (1m79, 81...)

Rappel des performances minimales requises pour la qualification :

U16 F : 1m35

U16 M : 1m45

Perche	U16 F :	2m09 - 2m24 - 2m39 - 2m54 - <b>2m64</b> , puis de 10 en 10cm (2m74, 2m84...)
	U16 M :	2m44 - 2m64 - <b>2m84</b> - 3m04 - 3m24 - 3m44 - <b>3m54</b> , puis de 10 en 10cm (3m64, 3m74...)

Rappel des performances minimales requises pour la qualification :

U16 F : 2m00

U16 M : 2m40

**Perche & Hauteur :** les athlètes auront droit à **une seule barre inférieure à la première proposée** (multiple de celles qui suivent).

**4) Compositions des séries**

**Sprint & Haies :** 2 tours (Séries + Finales).

**Demi-fond :** Finale directe.

Les séries seront organisées par niveaux, de la plus performante à la moins performante avec attribution des couloirs (WA TR20.4.3)

Finales :

**Qualification en finale :** 16q (16 meilleures performances)

2 Finales organisées : A, B. Finales par niveaux, du + (A) au - (B).

**Podiums sur le scratch des 2 finales.**

**5) Relais**

Inscriptions libres des relais auprès du secrétariat au maximum 1 h avant de le début de l'épreuve.

**6) Autres**

**Applications des règles de Championnats, à savoir :**

> Port du **maillot de club (de l'entente) obligatoire** tout au long de l'épreuve.

> **"3+3 essais" :** 3 essais pour tous les concurrents ainsi que 3 essais supplémentaires pour les 8 meilleurs à l'issue des trois premiers essais

**Rappels du Livret Hivernal :**

> Engagement au maximum sur 3 épreuves, selon le règlement Triathlon du livret « Jeunes » de la CNJ (hors relais).

> Remarque : s'agissant d'un championnat individuel, les clubs engagent leurs athlètes en connaissance duprogramme et sans aménagement d'horaires.

> Un athlète ne peut pas doubler relais MIF ou MIM avec le relais mixte.