

INFORMATIONS – SELECTION LANA U16 Stage Horizon et Coupe de France des Ligues U16 Du 11 au 15 Juillet 2026

Cette année, la Ligue d'Athlétisme d'Île-de-France organise, le 14 juillet, la Coupe de France des Ligues U16.

Dans ce cadre, la Commission Régionale Jeunes de la LANA propose de constituer une sélection pour participer à cette compétition ainsi qu'au stage de préparation associé. Le stage se déroulera à Orléans et la compétition à Cergy. Placée en fin de saison estivale, cette échéance te permettra de conclure ta saison dans les meilleures conditions.

Pour ton information, tes résultats de la saison hivernale ou ta qualification en tant que jeune juge expérimenté ou jeune juge confirmé te permettent de figurer parmi les athlètes sélectionnables. Tu trouveras ci-après les détails de ce déplacement, les modalités de sélection ainsi que le rétroplanning des mises à jour des listes. Nous t'invitons à lire attentivement ces informations.

Un déplacement collectif en bus est prévu au départ de Talence, le samedi 11 juillet à 10h00, devant le CREPS de Talence (653 cours de la Libération), avec des arrêts à Saintes, Niort et Poitiers. Le stage Horizon se déroulera à Orléans les 12 et 13 juillet. Le dimanche 13 juillet après-midi, le groupe se rendra directement à Cergy pour le dîner et la nuit. La Coupe de France des Ligues U16 aura lieu le mardi 14 juillet. À l'issue de la compétition, le groupe prendra la route vers Étampes pour la nuit. Le retour est prévu le mercredi 15 juillet au matin, avec une arrivée en fin de journée à Talence, via Poitiers, Niort et Saintes.

Une participation financière de 175 € sera demandée aux athlètes, comprenant le transport, l'hébergement et la restauration.

Un maillot de Ligue te sera offert pour cette compétition.

Sportivement,

Julien LEBOUDEC
Responsable Suivi U16
07 85 97 78 76

Michaël BOURNAZEIX
Directeur Sportif
Ligue d'Athlétisme Nouvelle Aquitaine
06 25 31 06 01



Règlement et Modalités de Sélection Stage et Coupe de France des Ligues U16

Du 11 au 15 Juillet 2026

Règlement et programme des épreuves :

Chaque Ligue sera représentée par une équipe Filles et une équipe Garçons.

2.2. Dans chaque équipe, et pour chaque épreuve, un maximum de 2 athlètes est autorisé.

2.3. Le programme des épreuves sera le suivant :

⇒ U16 (MI) Masculins 80 m - 120 m - 1000 m - 2000 m - 100 m Haies - 200 m Haies - 3000 m marche - Hauteur - Perche - Longueur - Triple saut - Poids - Disque - Marteau – Javelot – Relais 4x60 m.

⇒ U16 (MI) Féminines 80 m - 120 m - 1000 m - 2000 m - 80 m Haies - 200 m Haies – 3000 m marche - Hauteur - Perche - Longueur - Triple saut - Poids - Disque - Marteau – Javelot – 4x60 m.

⇒ Relais d'animation mixte 12 fois 200 m avec 6 filles puis 6 garçons (hors match).

[Tout le règlement à partir de la page 41](#)

Modalités de Sélection :

Seront sélectionnés 2 hommes et 2 femmes par épreuve.

Le comité de sélection sélectionnera les athlètes selon les critères suivants :

* Athlètes né(e)s en 2011-2012

* Les 2 premiers athlètes Hommes et Femmes au bilan LANA U16, ou ayant réalisé les minimas jusqu'au 22 Juin 2026 (voir ci-dessous les minimas établis par la FFA)

* La sélection des jeunes juges (au maximum 3) : priorité aux Jeunes Juges Expérimentés.

Mises à jour équipe : Une mise à jour de la liste des athlètes sélectionnables sera envoyée la première semaine de juin, afin de prendre en compte les performances réalisées fin avril et courant du mois de mai. Une pré-équipe sera également diffusée la semaine précédant les Championnats Régionaux LANA des 20 et 21 juin.

La sélection sera publiée sur le site internet de la Ligue et envoyé à tous les athlètes concernés à partir du 25 juin 2026. Les athlètes sélectionnés devront répondre avant le 1er Juillet 2026.

Un complément de sélection (liste athlètes remplaçants) sera effectué pour tenir compte d'éventuel désistements. Dans ce cadre, ces athlètes devront aussi répondre avant le 1er Juillet.

NB : tout athlète refusant une sélection de Ligue sans motif validé par le comité de sélection se verra retiré du suivi régional performance LANA (structures d'entraînements pôle/cre, aides persos, stages...)



MINIMAS PROJET HORIZON – SAISON 2026

U16 F	Epreuves	U16 M
10"30	80m	9"40
15"30	120m	13"85
3'02"50	1000m	2'39"50
6'50"00	2000m	5'58"00
12'05	80mH/100mH	13"85
30"50	200m haies	27"20
160	Hauteur	1m80
2m95	Perche	3m75
5m35	Longueur	6m25
11m20	Triple-saut	12m65
11m00	Poids	12m90
32m50	Disque	38m50
42m00	Marteau	41m50
31m50	Javelot	44m50
3850	Hepta/Octa	3950pts
16'55"00	3000m Marche	16'00"00