



## Ligue Réunionnaise d'Athlétisme

# Championnat Régional d'épreuves combinées CA JU SE H & F Finale challenge 1000m Lancers longs & Epreuves ouvertes

[www.lra974.com](http://www.lra974.com)

19 & 20 décembre 2009

Stade de Champs Fleuris de Saint Denis

Organisateur : LRA

### Programme 1ere journée Samedi 19 Décembre

**Masculin** Heptathlon 1ere journée : 60m longueur poids hauteur  
Finale challenge 1000m BF BG MF MG

**Epreuves ouvertes** 60m, 800m, 3000m, Hauteur H, Longueur, Poids, Marteau, javelot, Disque

**Epreuves Handisports** 100m, Javelot, 1500 m

Mise en place du jury : 14H00								
COURSES			SAUTS		LANCERS			
15H00	60m Hepta	CJES H	15h00	Longueur ep ouv	CJES F	15H00	Marteau	CJES H & F
15H15	60m ep ouv	CJES F					Poids	CJES H
	60m ep ouv	CJES H	15h35	Longueur hepta	CJES H	15h30	Javelot	CJES F
15H50	100m Handisport							
16H10	Finale challenge 1000m BF							
	Finale challenge 1000m BH							
16H35	Finale challenge 1000m MF							
	Finale challenge 1000m MH		16h30	Longueur ep ouv	CJES H			
17H00	800m ep ouv	CJES H				16h30	Poids Hepta	CJES H
	800m ep ouv	CJES F				16h30	Disque	CJES H & F
						17H00	Javelot Handisport +	CJES H
17H20	Finale A 60m	CJES F	17h30	Hauteur Hepta ep ouv	CJES H			
	Finale B 60m	CJES F						
17H30	Finale A 60m	CJES H				17H30	Poids	CJES F
	Finale B 60m	CJES H						
17H45	1500 Handisport							
18H00	3000m ep ouv	CJES H & F						

## 3 OFFICIELS OBLIGATOIRES

## INSCRIPTIONS A LA LRA AVANT LE 15/12/2009

Règlement lancer, longueur: 3essais en épreuves combinées  
6 essais épreuves ouvertes



## Ligue Réunionnaise d'Athlétisme

# Championnat Régional d'épreuves combinées CA JU SE H & F Finale challenge 1000m Lancers longs & Epreuves ouvertes

[www.lra974.com](http://www.lra974.com)

**19 & 20 décembre 2009**

**Programme 2eme journée Dimanche 20 Décembre**

**Masculin** 2eme journée Heptathlon 60m haies perche 1000m

**Féminines:** Pentathlon 60m haies hauteur poids longueur 800

**Epreuve ouvertes** 60haies,200m, 300m, 400m, triple saut, Hauteur F

Mise en place du jury : 8H30								
COURSES			SAUTS			LANCERS		
9H00	60haies Pentathlon	CJESF						
	60 haies ep ouverte	CJESF	9H30	Triple saut ep ouverte	CJES H			
9H30	60 haies Heptathlon	CJES H						
	60h haies ep ouverte	CJES H						
10H00	300m ep ouv	C H&F	10H15	Hauteur Pentathlon ep ouv.	CJESF			
	400m ep ouv	JES H	10H15	Perche Heptathlon	CJES H			
	400m ep ouv	JES F						
11H00	200m ep ouverte	CJES F						
	200m ep ouverte	CJES H	11H00	Triple saut ep ouverte	CJES F			
						11H30	<b>Poids</b>	<b>CJES F</b>
13H00	1000m Heptathlon	CJES H	13H00	Longueur Pentathlon	CJES F			
14H30	800m Heptathlon	CJES F						

**3 OFFICIELS OBLIGATOIRES**

**INSCRIPTIONS A LA LRA AVANT LE 15/12/2009**

Règlement lancer, sauts: 3 essais en épreuves combinées

6 essais épreuves ouvertes