

EPREUVES COMBINEES 28 mars 2010

TETRATHLON BE MI CA JU SE H & F

Epreuves ouvertes

Samedi 28 mars 2010

Piste d'athlétisme de Champ Fleuri

Organisateur :CSSDA / RSCD

BH/ BF (50haies-Longueur-Javelot-1000m)
MH (100haies-Hauteur-Disque-1000m)
MF (80haies-Hauteur-Javelot-1000m)
CJES F 100 m Haies - Hauteur - Javelot - 200 m
CJES H 400 m - 110 m Haies - Disque - Perche
<u>Epreuve ouverte</u> 100 m
PS: Longueur, javelot, disque : 4 essais

Mise en place du jury : 8H30

Courses			Concours					
			SAUTS			LANCERS		
Horaires	Epreuves	Cat	Horaires	Epreuves	Cat	Horaires	Epreuves	Cat
9h30	110 m haies	C/J/S H	9h 30	Hauteur	Min F	9h30	Disque	Min H
			9h 30	Long	Ben H	9 h 45	Javelot	Ben F
9H 55	100 m haies	C/J/S F						
10H15	100 m haies	Min H	10 h 15	Perche	C/J/S H			
10H 30	80 m haies	Min F						
10h 45	50 m haies	Ben F	10 H 30	Hauteur	C/J/S F			
11 H 10	50 m haies	Ben H						
			13 h 30	Hauteur	Min H	13 h 30	Disque	C/J/S H
						13 h 30	Javelot	Min F
14 h	100 m	C/J/S h	13h 45	Long	Ben F	14 h 30	Javelot	Ben H
14 h30	100 m	C/J/S F						
15 H	1000 m	Ben F						
15 h10	1000 m	Ben h						
15 h20	1000 m	Min F						
15h 30	1000 m	Min H						
15 h 40	200 m	C/J/S F						
15 h 50	400m	C/J/S H						

3 OFFICIELS OBLIGATOIRES

INSCRIPTIONS A LA LRA AVANT LE 25 MARS 2010