



ATHLE PERCHE PAYS DE L'AIGLE ET MORTAGNE

A.P.P.A.M. 61

21 septembre 2024 Jeux du Perche

Stade Municipal – Mortagne au Perche

Inscriptions sur le site du comité de l'Orne <http://cd61athletisme.athle.com/>

à partir du 5 septembre jusqu'au 19 septembre 2024

Horaires : Réunion des jurys à 09 h 30 sur la ligne de départ.

Pour les courses **CONFIRMATION** à partir de 11 H 00 - fin des **CONFIRMATIONS** 45' avant le début de l'épreuve.

Pour les concours **CONFIRMATION** sur le lieu du concours

09 h 30

Echauffement perche – de 3.00 m

10 h 00

Perche H et F toutes catégories - de 300 m

12 h 00

Echauffement perche à partir de 3.00 m

12 h 30

Perche H et F à partir de 3.00 m

12 h 30

100 m séries à partir des cadets

80 m Minimes H et F

50 m Poussins et benjamins H et F

13 h 00

Hauteur T.C. 1ère barre – de 1.00 m

Poids T.C. Hommes

13 h 30

Finales des 100 m Hommes et Femmes

14 h 00

Longueur T.C. Femmes

14 H 30

400 m H. F

Échauffement Perche à partir de 4.00 m

14 H 45

110 haies 0.99

Poids T.C. Femmes

15 H 00

Perche H et F à partir de 4.00 m

15 h 15

100 haies 0.76

Disque T.T.C. à partir des cadets

Hauteur T.C. 1^{ère} barre 1.60 m

15 h 30

1000 m C.J.S. H et F

Longueur T.C. Hommes

1000 m B.M.

1000 m Non licencié (certificat médical obligatoire)

16 h 30

Medley 100 - 200 - 300 - 400

Montées de barre hauteur : 1.60 – 1.65 – 1.70 – 1.75 – 1.80 – 1.85 – 1.90 – 1.93 – 1.96 – 1.99 – 2.02 – 2.05 – 2.07

1er concours : la barre la plus basse et ensuite de 5 en 5 jusqu'à 1.40 – 1.43 – 1.46 – 1.49 – 1.52 – 1.55 – 1.57 – 1.59

Longueur 6 essais pour tout le monde sauf pour les P.B.M. (3 essais)

Lancers 6 essais pour tout le monde sauf pour les P.B.M. (3 essais)

Perche : 1^{er} concours de la barre la plus basse de 20 en 20 jusqu'à 3.01

2^{ème} concours : 3.01 – 3.16 – 3.31 – 3.46 – 3.61 – 3.76 – 3.91 – 4.01

3^{ème} concours : 4.01 – 4.11 – 4.21 – 4.31 – 4.41 – 4.51 – 4.61 – 4.71 – 4.81 – 4.91 – 5.01 – 5.06

RELAIS MEDLEY :

Athlète A au départ du 200 m court en couloir zone de passage avec le B - 30 m

Athlète B au départ zone 3 du 4 x 100 m court en couloir – zone passage de 30 m avec l'athlète C

Athlète C au départ zone passage 1 du 4 x 100 se rabat plot vert 800 m

Athlète D au départ de 4 x 400 m zone de passage 20 m marque bleue.