



## PROGRAMME cadets aux masters Hérouville-st-Clair

Stage Prestavoine – rue Guyon de Guercheville

### Mercredi 25 avril 2018 :

#### COURSES

18h30 : 400m haies F puis H  
18h45 : 300m F puis H  
19h00 : Relais 8-2-2-8 BE/MI  
19h15 : 1500m F puis H (ou mixte)  
19h30 : 100m F puis H  
20h00 : 1000m F puis H (ou mixte)  
20h15 : Relais (sur demande) dans cet ordre :  
4x100m ; 4x200m ; 4x400m ; 4x800m ; 4x1000m CA ;  
4x1500m : F et H ou mixte ; Medley

#### CONCOURS

18h30 : Perche F et H (1<sup>ère</sup> barre 1m60)  
18h45 : Poids F et H  
19h00 : Longueur F et H  
19h30 : Perche F et H (1<sup>ère</sup> barre 3m)  
19h45 : Javelot F et H

### Mercredi 6 juin 2018 :

#### COURSES

18h30 : 100m haies F puis 110m haies H  
18h45 : 400m haies F puis H  
19h00 : Relais 8-2-2-8 BE/MI  
19h15 : 400m F puis H  
19h30 : 800m F puis H  
19h45 : 200m F puis H  
20h00 : 3000m F puis H (ou mixte)  
20h15 : Relais (sur demande) dans cet ordre :  
4x100m ; 4x200m ; 4x400m ; 4x800m ; 4x1000m  
CA ; 4x1500m : F et H ou mixte ; Medley

#### CONCOURS

18h30 : Perche F et H (1<sup>ère</sup> barre 1m60)  
18h45 : Javelot F et H / Hauteur F et H  
19h30 : Perche F et H (1<sup>ère</sup> barre 3m)  
19h45 : Triple saut F et H

#### Pour l'organisation :

**Engagement :** inscrire vos athlètes via le site du comité du Calvados (<http://cd14.athle.com>) rubrique « compétitions » puis « engagé(e)s » la veille à 21h au plus tard. Y compris pour les relais.

Lien : <http://bases.athle.com/asp.net/accueil.aspx?frmbase=qualifies&frmmode=0&frmespace=1161>

- ✓ Fournir 1 juge pour 4 athlètes. Prévoir suffisamment de juges pour les relais.
- ✓ Confirmation sur les feuilles d'engagements (sur place) pour chaque épreuve 45 minutes avant (dernier délai) par l'athlète concerné.

Envoyez votre liste du jury (nom, prénom, club, n°licence, poste souhaité) à : [schathle@orange.fr](mailto:schathle@orange.fr)