



Pré-France 4 Ligues CJES
Normandie, Bretagne, Centre Val de Loire et Pays de La Loire
Samedi 22 et Dimanche 23 Juin 2019
Stade Josette et Roger Mikulak – 49000 Angers

REGLEMENT DES EPREUVES

Courses :

- **100m** : 3 tours
 - o 1^{er} tour : courses homogènes : les 2 premiers de chaque série qualifiée + les suivants pour avoir 6 demi-finales.
 - o Demi-finale : 6 demi-finales homogènes : les 2 premiers qualifiés + 12 meilleurs temps.
 - o Finales : 3 finales de niveau.
- **100m Haies et 110 Haies** : 2 tours
 - o Nombre de finales en fonction des athlètes non désengagés à l'issue du premier tour.
- **200m, 400m, 400m Haies** : 2 tours
 - o Courses courues sur les couloirs de 3 à 8.
 - o Nombre de finales en fonction des athlètes non désengagés à l'issue du premier tour.
- **800 m** : 2 tours :
 - o Séries homogènes et 2 finales à 12 athlètes.
- **1500m, 3000m, 3000m Steeple, 5000m** : 1 tour
 - o Finales de niveau faites au bilan.

Lancers :

Concours par catégories **avec 6 essais pour tous les athlètes engagés.**

Sauts :

Les compositions de concours de sauts (hauteur, perche, longueur et triple saut) de niveau seront mises en ligne le **Mercredi 19 Juin à 17h00** sur le site de la Ligue des Pays de la Loire.

Longueur et Triple Saut : concours de niveau **avec 6 essais pour tous les athlètes engagés.**

QUALIFICATIONS

La liste des qualifiables sera mise en ligne le **Lundi 17 Juin à 10h00** sur le site de la Ligue d'Athlétisme des Pays de la Loire.

Les clubs auront **jusqu'au Mercredi 19 Juin 12h00** pour confirmer la participation de leurs athlètes.

JURYS

Les Ligues de Bretagne, Centre Val de Loire et Normandie devront fournir 15 juges par jour, qu'il faudra enregistrer sur le site de la Ligue d'Athlétisme des Pays de la Loire.

Pour la Ligue des Pays de la Loire : les clubs devront fournir des juges par jour en fonction de leur nombre d'athlètes qualifiés selon le quota suivant :

- 3 à 8 athlètes engagés 1 juge officiel
- 9 à 13 athlètes engagés 2 juges officiels
- 14 à 20 athlètes engagés 3 juges officiels
- + de 20 athlètes engagés 4 juges officiels
- + 1 juge supplémentaire par tranche de 10 athlètes au-dessus de 30 athlètes engagés.

MINIMA

Minimas FEMMES Hors 4 Ligues						
	Total	Plancher	Cadettes	Juniors	Espoirs	Seniors
100m	120	13"25	12"10	12"08	11"94	11"61
200m	72	26"48	24"96	24"74	24"40	23"54
400m	72	61"90	58"45	56"58	55"47	53"78
800m	60	2'28"00	2'15"89	2'14"11	2'10"82	2'04"82
1500m	48	5'10"00	4'42"76	4'38"93	4'29"76	4'21"32
3000m	30	12'00"00	10'32"00	10'05"49		
100m Haies 76	48	18"00	14"26			
100m Haies 84	32	17"50	0	14"38	14"14	13"45
400 m Haies 76	48	70"00	64"01	62"72	61"69	58"85
Steeple	20	9'00"00	7'34"65	7'24"78		
5000m Marche						
Hauteur	30	1m54	1m66	1m68	1m73	1m79
Perche	30	2m70	3m52	3m60	3m60	4m20
Longueur	48	5m18	5m83	5m75	5m81	6m16
Triple Saut	40	10m80	11m84	11m98	12m31	12m97
Poids 3 Kg	16	10m23	12m54			
Poids 4 Kg	16	10m43		12m08	12m91	14m19
Disque 1 Kg	36	30m50	34m89	39m08	39m56	48m49
Marteau 3 Kg	20	35m77	49m38			
Marteau 4 Kg	32	36m40		45m5	47m65	58m57
Javelot 500g	16	28m11	40m85			
Javelot 600g	32	30m48	0	37m91	41m46	47m35
4 x 100m						

Minimas HOMMES Hors 4 Ligues						
	Total	Plancher	Cadet	Junior	Espoir	Senior
100m	120	11"55	10"96	10"74	10"64	10"39
200m	72	23"00	22"22	21"86	21"37	21"08
400m	72	52"00	49"92	48"78	48"08	46"53
800m	60	1'58"40	1'55"23	1'52"48	1'50"49	1'47"37
1500m	48	4'04"00	3'59"87	3'53"82	3'47"09	3'39"73
3000m	20	9'48"00	8'48"28			
5000m	20			15'19"42	14'40"25	13'55"60
110m Haies 91	48	17"50	14"22			
110m Haies 99	32	19"00		14"40		
110m Haies 106	24	18"80		0	14"35	13"88
400m Haies 84	30	65"40	55"12			
400m Haies 91	30	58"50		54"84	53"56	51"61
Steeple CAH	20	7'05"00	6'11"63			
Steeple H	20	9'44"00	0	9'37"08	9'17"09	8'52"96
5000m Marche						
Hauteur	30	1m87	1m95	2m03	2m04	2m15
Perche	40	4m00	4m40	4m60	5m	5m4
Longueur	48	6m46	6m79	7m16	7m17	7m63
Triple Saut	40	13m13	14m08	14m95	14m78	16m1
Poids 5 Kg	16	11m31	14m09		0	0
Poids 6 Kg	16	10m97		14m79	0	0
Poids 7 Kg	16	10m21			14m14	16m68
Disque 1,5 Kg	16	34m15	45m55			
Disque 1,75 Kg	16	31m89		44m94		
Disque 2 Kg	16	30m00			44m97	52m08
Marteau 5 Kg	16	33m30	52m81			
Marteau 6 Kg	16	26m00		44m94		
Marteau 7 Kg	16	43m37			49m74	60m18
Javelot 700g	16	41m00	54m06			
Javelot 800g	32	51m27	0	54m95	55m98	68m15
4 x 100m						

HORAIRES

Samedi 22 Juin 2019

COURSES				CONCOURS					
				Homme			Femme		
14h00	400m Haies	TTCF	Séries	14h00	Hauteur	B	14h00	Javelot	CA
14h45	400m Haies	CAH	Séries		Longueur	C		Triple saut	B
15h00	400m Haies	JU/ES/SEH	Séries		Poids	CA		Disque	B
15h30	100m	TTCF	Séries		Marteau	ES/SE		Perche	B
16h15	100m	TTCH	Séries	16h00	Poids	JU	16h00		
17h00	400m	TTCF	Séries						
17h30	400m	TTCH	Séries	16h30	Longueur	B	16h30		
18h00	100m	TTCF	Demies		Marteau	CA			
18h15	100m	TTCH	Demies						
19h00	800m	TTCF	Séries						
19h30	800m	TTCH	Séries	17h00	Hauteur	A	17h00	Triple saut	A
20h00	100m	TTCF	Finales					Disque	A
20h10	100m	TTCH	Finales					Javelot	JU/ES/SE
20h20	2000m ST	CA/JU F	Finales						
	2000m ST	CAH	Finales	17h30	Poids	ES/SE	17h30	Perche	A
	3000m ST	ES/SEF	Finales						
	3000m ST	JU/ES/SEH	Finales	18h30	Marteau	JU	18h30		
20h50	4 x 100m	TTCF							
	4 x 100m	TTCH							
21h10	3000m	CA/JU F							
	3000m	CAH							
	5000m	ES/SEF							
	5000M	JU/ES/SEH							

Dimanche 23 Juin 2019

COURSES				CONCOURS					
				Hommes			Femmes		
9h00	5000m Marche	TC F	Finale						
9h30	5000m Marche	TC H	Finale						
10h00	400m Haies	TTCF	Finales	10h00	Javelot	CA	10h00	Hauteur	B
10h15	400m Haies	CAH	Finales		Triple saut	B		Longueur	C
10h25	400m Haies	JU/ES/SEH	Finales		Disque	B		Poids	CA
10h40	200m	TTCF	Séries		Perche	B		Marteau	B
11h20	200m	TTCH	Séries						
12h00	400m	TTCF	Finales						
12h20	400m	TTCH	Finales	12h00			12h00	Longueur	B
12h40	100m Haies	CAF	Séries						
12h55	100m Haies	JU/ES/SEF	Séries						
13h15	110m Haies	CAH	Séries						
13h25	110m Haies	JUH	Séries						
13h35	110m Haies	ES/SEH	Séries						
14h00	800m	TTCF	Finales						
14h20	800m	TTCH	Finales	13h00	Triple saut	A	13h00	Hauteur	A
14h40	100m Haies	CAF	Finales		Disque	A		Marteau	CA
14h50	100m Haies	JU/ES/SEF	Finales		Javelot	JU/ES/SE			
15h05	110m Haies	CAH	Finales						
15h15	110m Haies	JUH	Finales	14h00	Perche	A	14h00	Poids	JU/ES/SE
15h25	110m Haies	ES/SEH	Finales						
15h40	200m	TTCF	Finales						
16h00	200m	TTCH	Finales						
16h20	1500m	TTCF	Finales						
16h40	1500m	TTCH	Finales						
17h00	4 x 100m	TTCF							
	4 x 100m	TTCH							