


CHAMPIONNAT INTERCLUBS FINALES N3 ET REGIONALE

SAMEDI 16 MAI 2009 A CAEN

ENGAGEMENT: Les feuilles d'engagements (voir document ci-joint) doivent parvenir au plus tard pour ~~le Jeudi 14 MAI 2009 Minuit~~ Courriel : cs0.lbna@laposte.net ou Fax 02.31.50.07.59

ATTENTION AUX PENALITES FINANCIERES DE 45 € POUR LE RETARD D'INSCRIPTION.
Prévoir un jury de votre quota d'officiels pour aider au pointage de la marche

14H00 Dernier délai pour le dépôt des équipes et la confirmation des compositions de jurys

14h00	COURSES	Rassemblement jurys	CONCOURS
15h00	3000m marche Femmes		15h00 Marteau hommes (N3 et Rég)
15h30	5000m marche Hommes		15h30 Hauteur hommes (N3 et Rég) Poids Femmes Longueur Femmes
16h10	5000m hommes		16h00 Perche Femmes Triple Saut Hommes (Rég) Disque Hommes (N3)
16h35	3000m Hommes		16h30 Marteau Femmes Poids Hommes (N3)
16h50	3000m Femmes		17h00 Hauteur Femmes Longueur Hommes (Rég)
17h10	400m haies hommes N3 et Rég		17h30 Triple Saut Hommes (N3) Javelot Femmes Perche Hommes (N3 et Rég)
17h25	400m haies femmes N3 et Rég		18h00 Longueur Hommes (N3) Disque Femmes Poids Hommes (Rég)
17h40	400m femmes N3 et Rég		18h30 Javelot Hommes (N3 et Rég) Triple saut Femmes
17h50	400m hommes N3 et Rég		
18h00	800m femmes		
18h15	800m hommes		
18h25	200m femmes N3 et Rég		
18h35	200m hommes N3 et Rég		
18h45	1500m femmes		
18h55	1500m hommes		
19h15	110m haies hommes N3 et Rég		
19h25	100m haies femmes N3 et rég		
19h40	100m femmes N3 et Rég		
19h50	100m hommes N3 et Rég		
20h10	3000m steeple		
20h30	4x100m femmes		
20h40	4x100m hommes		
20h50	4x400m femmes		
21h10	4x400m hommes		

21h30 Fin de la réunion.

ATTENTION PREVOIR 4 EPINGLES POUR LES DOSSARDS

ATTENTION à bien regarder l'horaire du concours qui correspond à votre niveau de championnat.

ATTENTION sauf pour les NATIONAL 3 :

Pour la **hauteur** : Partir de la hauteur la plus basse demandée multiple de 10cm (jusqu'à 1m60 chez les hommes et 1m40 chez les femmes).

Pour le **triple-saut** : L'athlète choisit sa planche à 7m, 9m ou 11m chez les femmes et 9m, 11m ou 13m chez les hommes pour tous les essais.

Pour la **perche** : Partir de la hauteur la plus basse demandée multiple de 20cm .

QUALIFICATION: Pour les N3:

Le meilleur total de l'équipe mixte de la finale montera directement en N2 pour la saison ~~2009-2010~~