PRE-FRANCE 4 LIGUES CJES
Bretagne, Centre Val de Loire, Pays de La Loire, Normandie

Samedi 1 et dimanche 2 juillet 2023
Stade Bernard Amsalem - 2, chaussée de Ritterhude – 27100 – Val de Reuil

Il n'y aura pas d'engagement d'athlètes extérieur aux 4 ligues.

REGLEMENT DES EPREUVES

Courses :

100m au 400 m courses de haies incluses : 2 tours pour tout le monde (sauf si disqualification au 1er tour).
Pour toutes les courses les séries seront de niveau en fonction du bilan des engagements.

*La composition et le nombre de finales sera en fonction des athlètes qui auront **confirmé** leur désir de courir le second tour. Confirmation dès la publication des résultats et au plus tard 60' avant l'horaire des finales.*
Attention un athlète qui confirme et ne court pas s'expose à une pénalité financière de 30€.

Pour les 200m, 400m, 400m Haies, les courses seront courues sur les couloirs de 3 à 8
Sur 800 m, possibilité de courses à + de 8**1500m, 3000m, 3000m Steeple, 2000m Steeple, 5000m** : finales de niveau faites au bilan des engagements.

Lancers :

Concours par catégories **avec 6 essais pour tous les athlètes engagés**, ou concours de niveau si le poids de l'engin est le même. Concours de 16 athlètes maximum.

Sauts :

Les compositions de concours de sauts (hauteur, perche, longueur et triple saut) de niveau seront mises en ligne le **jeudi 29 juin dans l'après-midi** sur le site de la ligue de Normandie d'Athlétisme, Concours de 16 athlètes maximum.
Longueur et Triple Saut : concours de niveau **avec 6 essais pour tous les athlètes engagés**

QUALIFICATIONS :

Tous les athlètes ayant réalisé les minimas ci-dessous seront qualifiables.
La liste des qualifiables sera mise en ligne le **lundi 26 juin dans la matinée** sur le site de la ligue de Normandie d'Athlétisme.
Les clubs auront **jusqu'au jeudi 29 Juin 12h00** pour confirmer la participation de leurs athlètes.

Il ne s'agit pas d'un championnat par conséquent il n'y aura pas de titre décerné et remise de médailles.
Les athlètes devront confirmer leurs participations dès l'arrivée suer le stade au stand « Dossards ».
Afin que chacun s'habitue à ce type de compétition une chambre d'appel courses et concours sera mise en place.
Prévoir des épingles pour les dossards, dossards à partir du 800m.

JURYS

Un quota de 10 officiels par ligue est demandé aux 3 ligues du Centre Val de Loire, Pays de la Loire et Bretagne avec un minimum de 6 juges concours.
La liste des officiels avec qualifications et désidératas est à expédier à juryfrance@gmail.com pour le **jeudi 29 juin 12 h 00 dernier délai**.

MINIMA HOMMES

		Plancher pour les 4 ligues			
	Quotas max	Plancher cadet	Plancher Junior	Plancher Espoir	Plancher Senior
100 m	88	11''80	11''70	11''60	11''40
200 m	60	24''00	23''80	23''40	23''00
400 m	60	55'00	54''30	52''10	52''00
800 m	60	2'05''00	2'03''00	2'00''00	1'59''00
1500 m	48	4'17''00	4'12'00	4'09''00	4'06''00
3000 m	20	9'48''00			
5000 m	20		16'30''00	16'15''00	16'00''00
110 m H 91	32	16''80			
110 m H 99	24		17''70		
110 m H 106	24			16''20	16''00
400 m H 84	24	65''30			
400 m H 91	36		61''30	60''30	59"80
2000m steeple CAM	20	7'05"00			
3000m steeple H	18		10'00"00	9'50"00	9'45"00
5000m Marche					
hauteur	32	1m78	1m82	1m84	1m86
perche H	32	3m50	3m90	4m10	4m30
longueur	48	6m00	6m30	6m40	6m50
triple saut	48	12m50	12m80	13m30	13m50
poids 5 kg	16	11m20			
poids 6 kg	16		11m50		
poids 7 kg	16			11m00	11m30
disque 1,5 kg	16	34m50			
disque1,75 kg	16		33m00		
disque 2 kg	16			32m00	33m00
marteau 5 kg	16	34m00			
marteau 6 kg	16		31m00		
marteau 7 kg	16			40m00	42m00
javelot 700g	16	42m00			
javelot 800g	24		50m00	52m00	53m00
4x100 m					

MINIMA FEMMES

		Plancher pour les 4 ligues			
	quotas max	Plancher cadette	Plancher Junior	Plancher Espoir	Plancher Senior
100 m	88	13"40	13"30	13"10	13"00
200 m	60	27"80	27"60	27"10	26"80
400 m	60	64"50	64"00	61"50	60"50
800 m	60	2'32"00	2'29"00	2'25"00	2'24"00
1500 m	48	5'20"00	5'15"00	5'10"00	5'08"00
3000 m F	30	12'00"00	11'50''00		
5000 m F	16			19'00''00	18'30'00
100 m H76	24	17''50			
100 m H 84	32		17"20	16"60	16"00
400 m H 76	48	73"00	72"00	70"00	69"00
2000m steeple CAF	20	8'45"00	8'35''00		
3000m steeple TCF	16			12'00''00	11'50''00
5000m Marche					
hauteur	32	1m48	1m50	1m53	1m56
perche F	32	2m50	2m70	3m00	3m20
longueur	48	4m80	5m00	5m10	5m20
triple saut	48	10m00	10m30	10m80	11m10
poids 3 kg	16	9m80			
poids 4 kg	24		9m80	10m70	11m10
disque 1 kg	32	28m00	31m00	32m00	34m00
marteau 3 kg	16	35m00			
marteau 4 kg	24		35m00	38m00	40m00
javelot 500g	16	28m00			
javelot 600g	24		29m00	31m00	33m00
4x100 m					