



# Soirée du CAEN AC – stade Héлитas – CAEN

## Vendredi 29 avril 2022

A partir de cadets

Confirmation des engagés 45 minutes au plus tard avant la 1<sup>ère</sup> épreuve de l'athlète

Horaire	<b>Hauteur des haies et poids engins Seniors</b>		
17h45	Réunion du jury avec le directeur de réunion et le juge arbitre		
	<i>Courses</i>	<i>Sauts</i>	<i>Lancers</i>
18h15		Perche 1 <sup>ère</sup> barre 2m	
18h30	400m haies 76 TCF puis 91 TCM	Longueur	Javelot / Marteau
18h45	400m TCF puis TCM		
19h15	110m haies 106 TCM puis 100m haies 84 TCF		
19h30	100m TCF puis TCM	Perche 1 <sup>ère</sup> barre 3m40	
19h45		Hauteur / Triple	Poids / Disque
20h	1000m TCF puis TCM		
20h15	200m TCF puis TCM		
20h45	2000m TCF puis TCM		
21h	Relais 4x100m TCF TCM		
21h15	Fin compétition		

Tous les concours sont mixtes

Pour la hauteur et la perche, montées de barres adaptés en fonction du nombre d'engagés

Le jury concours : perche 2 concours / longueur + hauteur-triple / Javelot + poids / marteau + disque

Inscriptions des athlètes sur le site Internet du CDA14 (par les clubs) sur le module dédié avant le jeudi 28 avril 22h (cd14.athle.com)

1 jury pour 4 athlètes minimum par club (à envoyer avant le mercredi 27 avril à [vince.lesenechal@gmail.com](mailto:vince.lesenechal@gmail.com))

Une buvette/restauration sera à disposition toute la soirée.