

**PRE- REGIONAUX CA JU ES SE d'EPREUVES COMBINEES § MARCHÉ
AUVERGNE RHONE-ALPES**

Epreuves Individuelles 200m CA, 400m, 800 m

LYON (63) - Halle S Diagana - 4 rue Victor Schoelcher, 69009 Lyon

SAMEDI 7 DECEMBRE 2024

Confirmation & Inscription sur le site AURA : <http://athletisme-aura.fr/pratiquer/competitions/engagements>

Renseignements : LIVRET HIVER 2024/2025 Site AURA

ATTENTION : Minimas pour le début des épreuves PERCHE et HAUTEUR. Hauteur de barre à donner obligatoirement aux confirmations Hauteur et Perche pour déterminer les groupes, pour les épreuves ouvertes 200 m CAF et CAM uniquement.

Obligation pour les CA de maîtriser les épreuves techniques.

HORAIRES PROVISOIRES, définitifs jeudi 5 décembre

9h30	Ouverture de la Salle				
10h15	Fin Confirmation des Juges				
10h15	Fin Confirmation des Athlètes EC, retrait des dossards, indication des lères barre, Hauteur et Perche				
10h15	Mise en place du jury EC				
10h40	Début de la compétition EC				
12h30	Fin Confirmation des Athlètes Courses, retrait des dossards, indication des performances 1Heure avant départ				
13h15	Fin Confirmation des Juges et mise en place du jury Courses				
12h00	Début de la compétition Courses				
	ESM/SEM	JUM/MAM	CAM	CAF	TCM/TCF
	JURYS A et B	JURYS C	JURYS D et E	Jurys F et G	EPREUVES OUVERTES
	2 groupes niveau	1 groupe	2 groupes niveau	2 groupes niveau	<i>Epreuves individuelles series par niveau</i>
10H40				60 h (0,76)	
11h10			60 m		
11h30		60 m			
11h40	60 m			Hauteur 1 § 2 (niv)	
12h00		Poids 1	Perche 1&2 (niv)		
12h10				13H30 200 m CAF	
12h20	Longueur 1 § 3			13H45 200 m CAM	
13h00				14H20 800 m TCF	
13h40	Poids 1 & 2 (Niv.)			14H40 800 m TCM	
14h00		Hauteur 1		15H00 400 m TCF	
14h20				15H30 400 m TCM	
14H30				Poids 1 & 2 (Niv.)	
15H30			Poids 1 & 2 (Niv.)	Longueur 1 § 3	
16H45	Hauteur 1&2 Niv.	Longueur 2	Longueur 1 § 3		
17H00				800 m	

Déroulement des épreuves

A partir de la 2ème épreuve, les horaires sont à titre indicatifs, les épreuves débiteront 30min après la fin de l'épreuve précédente. *Les groupes d'athlètes pourront être modifiés*

Montées de barres pour toute la compétition et toutes catégories

Hauteur de 3cm en 3cm :

1.20(CAF1) 1.23 1.26 1.29 1.32 **1.35(CAF2)** 1.38 1.41 1.44 **1.50(M)** 1.50 1.53 1.56 1.59 1,62 1,65 1,68 1,71 1,74 1,77 1,80 1.83 1.86 1.89 1.92 1.95 1.98 2,01 2,04 2,07 2,10...etc...

Perche de 10cm en 10 cm :

2.45 (CAM1) 2,65, 2,85, 3,05, 3,25 **3,45 (CAM2)** 3,55, 3,65 3,75 3,95 4,05 4,25 4,35 4,45 4,55...etc...

INSCRIPTION HORS LIGUE 30 € EC et 20 € EPREUVES INDIVIDUELLES

Catégories : EC, seules les catégories M40 45 et F40 45 seront acceptées à concourir

PRE- REGIONAUX CA JU ES SE d'EPREUVES COMBINEES § MARCHÉ
AUVERGNE RHONE-ALPES

LYON (63) - Halle S Diagona - 4 rue Victor Schoelcher, 69009 Lyon

DIMANCHE 8 DECEMBRE 2024

Confirmation & Inscription sur le site AURA : <http://athletisme-aura.fr/pratiquer/competitions/engagements>
Renseignements : LIVRET HIVER 2022/2023 site AURA

ATTENTION : Minimas pour le début des épreuves PERCHE et HAUTEUR. Hauteur de barre à donner obligatoirement aux confirmations Hauteur et Perche pour déterminer les groupes, pour les épreuves ouvertes 200 m CAF et CAM uniquement.

HORAIRES PROVISOIRES, définitifs le jeudi 5 décembre

8h00	Ouverture de la Salle				
9h00	Confirmation des Juges EC et MARCHÉ				
9H30	Fin Confirmation des Athlètes EC et MARCHÉ, retrait des dossards, indication des 1ères barres, Hauteur et Perche				
9h45	Mise en place du jury EC				
10h15	Début de la compétition EC				
	ES/SEM	JUM/MAH	CAM	JU/ES/SEF/MAF	Marche
	JURYS A et B	JURYS C	JURYS D et E	JURYS F Et G	
	2 GROUPES	1 GROUPE	2 GROUPES	2 GROUPES	
10h15				60 h (0,84)	
10h35	60 h (106)				
10h45		60 h (0,99)		Hauteur 1 & 2	
10h55			60 h (0,91)		
11h15					5000m Marche TCM sauf Masters
11h30	Perche 1&2 (niv)				
11h50					3000m Marche MIF et MIM
12h15					3000m Marche CAF et JUF
12h40			Hauteur 1 & 2		
12h55					3000 m Marche Elites TCF
13h00				Poids 1 & 2 (niv)	
13h20					3000m Marche Masters M
14h00		Perche 1 ou 2		Longueur 1 & 2	
14h30					
15H15	1000 m				
15H30			1000 m		
15H45				800 m	
16H00		1000m			

Déroulement des épreuves

A partir de la 2ème épreuve, les horaires sont à titre indicatifs, les épreuves débiteront 30min après la fin de l'épreuve précédente. *Les groupes d'athlètes pourront être modifiés*

Montées de barres pour toute la compétition et toutes catégories

Hauteur de 3cm en 3cm :

1.23 (TCF) 1.26 1.29 1.32 1.35 1.38 1.41 1.44 1.47(CAM) 1.50 1.53 1.56 1.59 1,62 1,65 1,68 1,71 1,74 1,77 1,80 1.83 1.86 1.89 1.92 1.95 1.98 2,01 2,04 2,07 2,10...etc...

Perche de 10cm en 10 cm :

2.75 (TCM), 2.95, 3,15, 3,35 3.55 3.65 3.75 3.95 4,05 4,25 4,35 4,45 4,55 4,65 4,75 4,85...etc...

INSCRIPTION HORS LIGUE AURA : 30 € EC et 20 € autres épreuves

Catégories : EC, seules les catégories M40 45 et F40 45 seront acceptées à concourir