

Stade de Lormont samedi 25 mai 2024

Championnat Masters LANA individuel + interclubs + triathlon (200 poids longueur) + match interligues avec l'OCCITANIE

Horaire	Courses	Jury 1	Jury 2	Jury 3
12h30	110/100/80 haies	Poids 2kg 3kg 4kg athlètes ne faisant pas le triathlon		Marteau Lourd Masculins 15kg 11kg et 9kg
12h45	200m			
13h15	1500m		Longueur pour les athlètes ne faisant pas le triathlon	Javelot
13h30	3000 marche 1° groupe	Poids Athlètes faisant le triathlon		
14h00	3000 marche 2° groupe			
14h30	100m	Poids 5kg 6kg et 7kg athlètes ne faisant pas le triathlon	Longueur pour les athlètes faisant le triathlon	
14h50	400/300m haies			Marteau Lourd Féminins 9kg et 4kg 5kg et 7kg
15h00	800m			
15h30	400m	Hauteur	Triple saut	
16h00	3000m			
16h30	Relais 4*200m			

Engagements souhaités par mail avant vendredi 24 mai 20 h à francoisdurand@modulonet.fr

Fin des engagements 45 minutes avant les épreuves.

Horaires susceptibles d'adaptations suivant le nombre d'engagés.

Épreuves d'**interclubs et d'interligues** : sprint (100m ou 200m), demi-fond (800m ou 1500m), lancers (poids, javelot ou marteau-lourd), sauts (longueur ou hauteur), 3000 marche (2 meilleurs totaux du club (ou de la ligue) par épreuve)), relais 4*200m (points doublés).

Pas de limitation du nombre d'épreuves par athlète, mais maxi 2 compteront pour l'interclubs ou l'interligues.