

DIMANCHE 15 OCTOBRE 2023

LANCERS CHASSENEUIL Stade de la Gare

N° siffa: 285044

PROGRAMME

LANCERS

POIDS / DISQUE / JAVELOT

4 essais pour tous +éventuellement 2 essais supplémentaire

SAUT

LONGUEUR

(uniquement benjamins/minimes/cadets)

COURSE

1000M

ouvert à tous

Tous les officiels et jeunes juges de l'ECA sont invités à participer

Les clubs participants fourniront des officiels ou des aides

Tous les concurrents aideront à la mesure

Formation assurée par officiels diplômés

Nombre d'essais: 4

plus éventuellement 2 essais supplémentaires pour les CJESV

10h00

Pas d'engagements sur place!

Horaires	Disque	Poids	Javelot	Longueur
10h15	Mise en place du jury			3 essais
10h30				BE/MI/CA
	<i>échauffement disque</i>			
11h00	DISQUE TCC			
12h30 à 13h00	PAUSE CASSE CROUTE (chacun amène le sien)			
13h00		<i>Echauffement poids</i>		
13h30		POIDS TCC		
14h30			JAVELOT TCC	
15h30				1000mTCC
16h00	Fin de réunion			

**aménagements
possibles
d'horaires**

OFFICIELS ou AIDES OBLIGATOIRES à envoyer à

claudetmathias@orange.fr

[06 84 73 91 37](tel:0684739137)

Engagements : AVANT samedi 14 octobre(12h)

sur le site

estcharenteathletique.athle.fr

Rubrique "qualifiés"

METTRE SA MEILLEURE PERFORMANCE POUR FORMATION DE GROUPES EVENTUELLEMENT

NB: Afin que les benjamins et minimes soient classés on a ajouté 1 saut et 1 course

Ils pourront faire:1000+longueur+1 ou 2 lancers

Le 1000m sera ouvert à tous!