# CHAMPIONNATS REGIONAUX LARA BENJAMINS et MINIMES - 21 JUIN 2009 - PARILLY

*confirmations d'engagements : 1 heure avant chaque épreuve*

RELAIS : inscriptions 8h45 dernirer délai

| HORAIRES COURSES | *DEVANT TRIBUNES* | *LIGNE OPPOSEE* |
|---|---|---|
| **9h30** | **4 x 60m BM finales** | |
| **9h45** | **4 x 60m MM finales** | |
| **10h00** | **4 x 60m BF finales** | |
| **10h20** | **4 x 60m MF finales** | |
| 10h30 | | |
| **11h00** | marche 2000BM / 2000BF | |
| **11h15** | marche 3000MF / 3000MM | |
| **11h30** | | *50mhaies* |
| **11h40** | 80m haies MF séries hétérog | 50m haies (0,65) BF séries |
| **11h55** | 50m MF séries hétérogènes | 50m BF séries |
| **12h00** | >>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>> | |
| **12h40** | 80m haies MF finale | 50m haies BF finales |
| **12h50** | 100m MF finales directes | 50m BF finales |
| 13h00 | | |
| **13h20** | 50m MF finales | |
| | *PAUSE COURSES* | |
| 13h30 | | |
| 14h00 | 50m MM séries hétérogènes | 50m BM séries |
| 14h30 | | *50m haies* |
| 14h45 | 100m haies MM séries | 50m haies (0,76) BM séries |
| 15h00 | 100m MM finales directes | 50m BM finales |
| 15h20 | 50m MM finales | 50m haies BM finales |
| 15h35 | 100m haies MM finales | |
| | | *en simultané* |
| **16h00** | 1000m MF | *ou alternance* |
| **16h20** | 1000m BF | *avec 1000m :* |
| **16h40** | 1000m BM | 200m haies MM |
| **17h00** | 1000m MM | 200m haies MF |
| **17h20** | 2000m MF / 3000m MM | *(départ au 200m)* |

| | **hauteur** | **perche** | **longueur** | **triple** | **poids** | **disque** | **javelot** | **marteau** |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | *2 sautoirs* | *1 sautoir* | *5 sautoirs* | *1 sautoir* | *3 aires* | *2 aires* | *2 aires* | *1 aire* |
| *BENJAMINS* | | | | | | | | |
| *MINIMES* | | | | | | | | |
| **HORAIRES** | | | *BENJAMINS et BENJAMINES = 4 essais par concours* | | | | | |
| **CONCOURS** | **BM / BF = pour chaque concours, regroupement à chambre d'appel avant répartition** | | | | | | | |
| 10h00 | BM | MM | MM | BM | | | | |
| **10h30** | >>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>> | | | | BF | BF | MF | BF-MF |
| | ***jury A/B*** | | ***A/B/C/D*** | | | | | |
| | | | | | ***A/B/C*** | ***A / B*** | ***A / B*** | |
| 11h30 | MM | BM/ BF | BM | MM | | | | |
| | ***jury B / C*** | | ***E/A/B*** | | | | | |
| **12h00** | >>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>> | | | | MF | MF | BF | |
| | | | | | ***D/A/B*** | ***B / C*** | ***B / C*** | |
| 13h00 | BF | MF | MF | BF | | | | |
| | ***jury C/A*** | | ***C / D*** | 1 conc | | | | |
| **13h30** | >>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>> | | | | BM | BM | MM | BM-MM |
| 14h30 | MF | | BF | MF | *C / D* | *C / A* | *C / A* | |
| **15h00** | >>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>> | | | | MM | MM | BM | |
| | ***jury A/B*** | | ***A/B/C/D/E*** | | | | | |
| | | | | | ***C / D*** | ***A / B*** | ***A / B*** | |

**CONDITIONS de PARTICIPATION**

**MINIMES : sur qualification**

limitation à 4 épreuves individuelles - si 2 courses = l'une d'elles doit être inférieure ou égale à 100m

**BENJAMINS** : 3 épreuves maximum (+ relais éventuellement) soit **4 possibilités**

**1=** 1 course+ 1 saut+ 1 lancer **2=** 1 course + 1 saut horizontal + 1 saut vertical

**3=** 1 course + 2 lancers **4=** 2 courses (dont une de demi-fond obligatoire) + 1 concours

28/05/2009