

REGIONAUX D'EPREUVES COMBINEES

CA-JU-ESP-SE H et F

1 - Implantation

Date : samedi 9 janvier 2010

dimanche 10 janvier 2010

Lieu : Halle Pierre Quinon à SALON

2 - Epreuves

- Heptathlon qui se dispute sur 2 jours pour les Hommes
- Pentathlon qui se dispute sur 1 journée pour les Femmes

L'ordre de déroulement des épreuves est le suivant :

- Heptathlon :
 - 1^{ère} journée : 50 m – longueur – poids – hauteur
 - 2^{ème} journée : 50 haies – perche – 1000 m
- Pentathlon féminin : 50 haies – hauteur – poids – longueur – 800 m

ATTENTION :

La halle Pierre Quinon ne permet de courir qu'un 50m ; les performances réalisées aux régionaux ne pourront être prises en considération pour une qualification aux championnats de France. Par contre elles seront qualificatives pour les Interrégionaux.

3 - Mode d'engagement

- Tous les athlètes : MI – (**Sur accord de l'ETR**) CA – JU – ES – SE – VE H & F licenciés pour la saison 2009/2010 pourront participer **sous réserve** qu'ils s'engagent **avant le 7 janvier 2010**

4 - Règlements techniques

Montées de barre :

- les montées de barre seront les suivantes :

- Hauteur femmes : de 3 en 3cm durant la totalité du concours
- Hauteur hommes : de 3 en 3cm durant la totalité du concours
- Perche hommes : de 10 en 10cm durant la totalité du concours

Le JA fixera les hauteurs de barre en tenant compte du niveau des athlètes en présence, et du règlement.

5 - Cotation

Pour la cotation, utiliser la table internationale spécifique (complétée éventuellement par la table FFA de 1989 ou 1991 pour les 50m haies).

Toutefois, les tables internationales de 1985 et 1998 peuvent encore être utilisées l'hiver.

6 - Jury

Appel à la disponibilité des officiels

Au cas où la consultation de disponibilité ne serait pas suffisante, il sera fait appel aux clubs pour mettre à la disposition de l'organisation :

- 1 Officiel au moins régional pour 2 ou 3 athlètes participants,
- 2 Officiels au moins régionaux pour 4 ou 5 athlètes participants,
- 3 Officiels au moins régionaux à partir de 6 athlètes participants.

7 - HORAIRES**Samedi 9 janvier 2010** – Heptathlon Hommes

Horaire	Courses	CONCOURS		
		Longueur	Hauteur	Poids
14 h 00	Confirmation des engagements			
14 h 30	Fin de confirmation des engagements Mise en place du jury			
15 h 00	50m Ju-Es-Se-Ve			
15 h 15	50m CAM		Ju-Es-Se-Ve	
15 h 30				
15 h 45		CAM		
16 h 30				
17 h 00			CAM	Ju-Es-Se-Ve
18 h 00		Ju-Es-Se-Ve		
18 h 30				CAM

Dimanche 10 janvier 2010

Groupe	HEPTATHLON HOMMES		PENTATHLON FEMMES		Groupe
	MIM CAM	Jun – Esp – Sen - Vet	MIF CAF	Jun – Esp – Sen - Vet	
Horaire					Horaire
8 h 30			Confirmation des engagements		8 h 15
9 h 00	Mise en place du jury		Fin de confirmation Mise en place du jury		8 h 45
9 h 30	50 haies MIM (0,84) CM (0,91)		50 haies MF - CF (0,76)		9 h 15
9 h 35				50 haies JU-ES-SE (0,84)	9 h 20
9 h 45		50 haies JU-ES-SE (1,06)	Poids		9 h 45
10 h 00	Perche Min - Cad			Hauteur	10 h 00
10 h 15					10 h 15
11 h 00			Longueur		11 h 00
12 h 00		Perche JU-Es-Se-Ve		Poids	11 h 30
12 h 15			Hauteur		12 h 15
13 h 00	1000m			Longueur	12 h 30
14 h 00		1000m		800m	13 h 45
14 h 15			800m		14 h 15

☞ **Horaire prévisionnel, susceptible de modifications en fonction du nombre de participants ;**

☞ Les INTERREGIONAUX se dérouleront les 23 et 24 janvier 2010 à Bompas.

ATTENTION : L'épreuve minime est le Pentha Longueur ou Pentha Perche, pour les Minimes, ces épreuves se dérouleront le Dimanche avec les filles pour Longueur et Hauteur, avec les Cadets pour la Perche.

DONC : PAS DE MINIMES SUR LES EPREUVES DU SAMEDI 9 JANVIER ;