

**CHAMPIONNATS REGIONAUX EN SALLE  
ET LANCERS  
CA-JU-SE H et F**

**1 - Implantation**

Date : samedi 16 janvier 2010  
dimanche 18 janvier 2010  
Lieu : SALON - Halle Pierre Quinon et stade Roustan

**2 - Epreuves**

**Samedi :**

- Longueur CA-JU-SE Masculins et Féminins
- Triple saut CA-JU-SE Masculins et Féminins
- Hauteur CA-JU-SE Masculins et Féminins
- Marche CA-JU-SE Masculins et Féminins (stade d'honneur)
- Lancers longs CA-JU-SE Masculins et Féminins (stade d'honneur)
- Poids CA-JU-SE Masculins et Féminins

**Dimanche :**

- 50 m haies CA-JU-SE Masculins et Féminins
- 50 m plat CA-JU-SE Masculins et Féminins
- Perche CA-JU-SE Masculins et Féminins

**Les minimes ne sont pas autorisés dans toutes les épreuves sauf la marche gérée par la CRM**

**Les vétérans sont considérés comme des seniors**

**3 - Qualification**

Ce championnat sera ouvert à tous les athlètes CADETS à SENIORS **à condition de s'engager avant le 15 janvier 2010** au plus tard sur le site de la ligue de Provence :

**<http://ligueprovence;athle.org>**

**4 - Règlements techniques**

- Courses :

- 1<sup>er</sup> tour : de niveau (sur les haies, courses séparées pour les cadets(tes))
- 2<sup>ème</sup> tour : de niveau (sur les haies, courses séparées pour les cadets(tes))
- 1 finale CA – 1 finale JU et 1 finale ES/SE

- Montées de barre :

Les montées de barre seront fixées par le juge arbitre et comprendront les hauteurs qualificatives aux compétitions suivantes. Il sera tenu compte du niveau des concours pour fixer les barres de début de concours.

- Longueur, triple saut et lancers :

- chaque concurrent aura droit à **3 essais**, les 8 meilleurs 3 essais supplémentaires.

<b>CHAMPIONNATS REGIONAUX EN SALLE</b>
--

**HORAIRE du samedi 16 janvier 2010**

					Marche
Horaire	Hauteur	Longueur	T. Saut	Horaire	
13h00	Confirmation de participation			13h00	
13h30	Fin de confirmation Mise en place du jury			13h30	
14h00	CF-JF-SF	Cadettes	CM-JM-SM	14h00	
15h00		JF/SF		15h00	Distances officielles
16h00	CM-JM-SM	Cadets	CF-JF-SF	16h00	
17h00		JM/SM		17h00	

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

<b>CHAMPIONNATS REGIONAUX LANCERS LONGS ET POIDS</b>
--

- Les épreuves sont réservées aux catégories CA-JU-ES-SE

Horaires	CONCOURS			
	Poids (Halle)	Marteau	Javelot	Disque
13 h 30	Confirmation de participation			
13 h 45	Mise en place du jury			
14h 00	ESH - SEM	ESF – SEF	CAF - JUF	CAM – JUM
15 h 00	ESF – SEF	ESM - SEM	CAM – JUM	CAF – JUF
16 h 00	CAM – JUM	CAF - JUF	ESF – SEF	ESH - SEM
17 h 00	CAF - JUF	CAM – JUM	ESH - SEM	ESF – SEF

**Lancers longs : 21 février 2010 à Carcassonne**

<b>5 - Règlement technique</b>
--------------------------------

- Chaque athlète lance l'engin de sa catégorie d'âge.

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

**HORAIRE du dimanche 17 janvier 2010**

Horaire	COURSES	PERCHE
10 h 00	<b>Confirmation de participation</b>	
10 h 30	<b>Fin de confirmation Mise en place du jury</b>	
11 h 00	50 m FEMMES	1° tour Femmes
11 h 45	50 m HOMMES	1° tour
12 h 45	50 m haies (0.76) CF 50 m haies (0.84) JF-SF	1° tour 1° tour
13 h 00	50 m haies (0.91) CM 50 m haies (0.99) JM 50 m haies (1.06) EM-SM	1° tour 1° tour
13 h 15	50 m FEMMES	2° tour Hommes
14 h 00	50 m HOMMES	2° tour
15 h 00	50 m haies (0.76) CF 50 m haies (0.84) JF-SF	Finale Finale
15 h 15	50 m haies (0.91) CM 50 m haies 0.99) JM 50 m haies (1.06) EM-SM	Finale Finale
15 h 30	50 m FEMMES (A CA – B JU – C ES/SE)	Finale
15 h 45	50 m HOMMES (A CA – B JU – C ES/SE)	Finale

☞ Pré-France le 30 janvier 2010 à : BOMPAS (LAN) (indoor)

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