

Samedi 5 avril 2014 - 13h15

arrivée impérative de 13h15 à 13h30
pour confirmation de la présence des athlètes et du jury + échauffement

| | COURSES | SAUTS | LANCERS |
|-------|---|---|---|
| 14h15 | <p>sprint</p> <p>animation courses EAF - EAM</p> <p>50 m POF- POM</p> | <p>longueur 3 essais (2 sautoirs)</p> <p>BEF- BEM</p> | <p>poids & disque 3 essais</p> <p>MIF-MIM +</p> <p>C J E S V F & M</p> |
| 15h15 | <p>50 m BEF - BEM</p> | <p>MIF-MIM</p> <p>C J E S V F & M</p> | <p>BEF- BEM</p> |
| 16h00 | <p>100 m MIF - MIM</p> <p>100 m C J E S V F & M</p> | <p>triple bonds 3 essais (2 sautoirs)</p> <p>animation Kids EAF- EAM</p> <p>POF- POM</p> | <p>vortex 3 essais (2 plateaux)</p> <p>animation Kids EAF - EAM</p> <p>POF - POM</p> |
| 16h30 | <p>1000 m</p> <p>MIF - MIM</p> <p>BEF - BEM</p> <p>C J E S V F & M</p> | <p>perche</p> <p>BEF BEM - MIF MIM 1^{ère} barre 1m60</p> <p>+ C J E S V F & M 1^{ère} barre < 2m50</p> <p>C J E S V F & M 1^{ère} barre >= 2m50</p> | |

- EA (2005) animations kids athlé (récompenses à tous)
- PO (2004 2003) triathlon : sprint / triple bonds / vortex (récompenses à tous)
- BE (2002 2001) triathlon au choix : 1 course + 1 saut + 1 lancer
- MI (00/99) triathlon au choix : (1 course + 1 saut + 1 lancer) ou (2 concours + 1 course) ou (100m +1000m + 1 concours)
- C J E S V => épreuve(s) au choix, courses non classantes (confirmation 30 mn avant début de l' épreuve)

Hormis le saut à la perche et le disque, les autres **épreuves sont ouvertes aux non licenciés FFA, sous réserve de la production d'un certificat médical datant de moins de 3 mois**, précisant ne pas avoir constaté de contre indication à la pratique de l'athlétisme en compétition et d'une autorisation parentale pour les mineurs. Licenciés running ou parents avec certificat médical sont les bienvenus pour le 1000m !

**inscriptions et jury à envoyer à usbeaufortathletisme@gmail.com
avant le samedi 29 mars 2014
renseignements : 02 41 54 20 27**