

Journée régionale - TRIATHLON en salle U16 - MINIME, 5 février 2023 (CDA 18, 28 et 45) : HALLE de la VALLEE

Courses : couloirs 2 à 8	Horaire	Longueur 1 (couloir 1)	Longueur 2 (couloir 3)	Poids 1 (arrivée)	Poids 2 (départ)	Perche	Triple (couloir 2)	Hauteur (départ)	Horaire
Accès piste pour échauffement 50mHaies	10h30								10h30
	10h45								10h45
50m Haies MIF	11h00								11h00
50m Haies MIM	11h10								11h10
Accès piste pour échauffement 50mMIF	11h15								11h15
50m MIF	11h25								11h25
Accès piste pour échauffement 50m MIM	11h35								11h35
50m MIM	11h45								11h45
	12h00			12h00 : Installation aires de poids		MIF et MIM	MIF et MIM	MIF et MIM	12h00
	13h00	MIF	MIF	MIM	MIM				13h00
	14h00	MIM	MIM	MIF	MIF				14h00

Triathlon autorisé : GÉNÉRAL : 1 course + 1 saut + 1 lancer
 ou ORIENTE : 2 courses (sprint et haies) + 1 concours ou 1 course + 2 sauts

Inscriptions sur le site de la Ligue avant le jeudi 02 février 2023 - 12h00 : <https://centrevallodeloire-athletisme.com/>

Pas d'inscription sur place ; confirmation des engagements jusqu'à 10h15 ; Ajustement possible des horaires au regard des engagés.

Montées de barre définies sur place / 3 essais au poids, triple saut et saut en longueur.

Buvette

Jury :

Si le nombre de jurys inscrits en amont sur le lien envoyé à la ligue à tous les officiels est insuffisant, il sera demandé aux clubs

1 officiel pour 5 engagés

