

RENCONTRE PARTICIPATIVE D'ATHLÉTISME RIVE-SUD

13 juillet 2016

HORAIRE FINAL

AM – NON-SANCTIONNÉ FQA

HEURES	« ÉPREUVES PARTICIPATIVES »	NOTE
16h30	DÉBUT - INSCRIPTIONS SUR PLACE ET REMISE DES DOSSARDS	
17h15	FIN - INSCRIPTION SUR PLACE	
18h00	60m Haies (7 vagues max 5 coureurs)	
18h25	100m (7 vagues)	
18h45	Hauteur (20 participants)	
19h30	javelot (26 participants)	

HEURES	« 5000m POPULAIRE 16 ans et + »	NOTE
18h00	DÉBUT INSCRIPTIONS SUR PLACE ET REMISE DES DOSSARDS	
19h45	FIN - INSCRIPTIONS SUR PLACE	
20h30	5000m	Femme / Homme (ou mixte)

HAIES - RÈGLEMENTS

Catégories	Distances	Nombre de haies	Hauteur	Départ 1 ^{ere} haie	Entre les haies
5 à 8 ans	60m haies	5	18"	10m	6m00
9 à 11 ans	60m haies	5	24"	11m	7m00
12-13 ans	60m haies	5	30 (76cm)	12m	7m50

LANCERS - RÈGLEMENTS

CATÉGORIES	SEXE	POIDS	JAVELOT	MARTEAU	DISQUE
COLIBRI (5-8ans)	Femme	1kg	Flèches	-	600g
	Homme				
MINIME (9-11ans)	Femme	2kg	Flèches	-	600g
	Homme				
BENJAMIN (12-13ans)	Femme	2kg	400g	2kg	600g
	Homme	3kg	500g	3kg	750g
CADET (14-15ans)	Femme	3kg	500g	3kg	1kg
	Homme	4kg	600g	4kg	1kg
JUVENILE (16-17ans)	Femme	3kg	500g	3kg	1kg
	Homme	5kg	700g	5kg	1.5kg
JUNIOR (18-19ans)	Femme	4kg	600g	4kg	1kg
	Homme	6kg	800g	6kg	1.75kg
SENIOR (20 ans +)	Femme	4kg	600g	4kg	1kg
	Homme	7.26kg	800g	7.26kg	2kg

SOIRÉE D'ATHLÉTISME RIVE-SUD

3 juillet 2016

HORAIRE FINAL

PM – SANCTIONNÉ FQA

HEURES	« ÉPREUVES »	NOTE
	17h00 - DÉBUT - INSCRIPTION SUR PLACE	
	17h45 - FIN - INSCRIPTION SUR PLACE	
	18h00 - Longueur OUVERT (5 participants)	
	19h00 - 100m OUVERT (4 vagues)	
	19h15 - Perche OUVERT (6 participants)	
	19h20 - 400m OUVERT – ÉPREUVE RÉCOMPENSE (6 vague)	
	19h45 - 110m haies OUVERT (1 vague)	
	19h52 - 80m haies (15 ans et moins) (1 vague)	
	20h00 - 1500m OUVERT (3 vagues)	

Couché du soleil : +- 20h40