

**Crépuscule Jacques-Martin 2025 / 3 000 m Salomon x Le Coureur****Mercredi 16 juillet 2025 / 18 h 15**

Responsable : Stéphane Hébert / 819 481-1923

**competitions@athletismesherbrooke.com**

Épreuves	Para / Fauteuil	<u>Cad.</u> (14-15) 2010-2011	<u>Juv.</u> (16-17) 2008-2009	<u>Jun.</u> (18-19) 2006-2007	<u>Sén.</u> (20-34) 1991-2005	<u>Vét</u> (35-99) 1926-1990)	<u>Ouv.</u> (14-99) 1926-2011	<u>Pop.</u> (12-99) 1926-2013	
100 m (F..s.c.)	F et H								
100 m (prélim + finale)							F et H		
400 m (F.s.c.)	F et H						F et H		
1 500 m (F.s.c.)							F et H		
<b>3 000 m (F.s.c.) Populaire</b>								F et H	<b>Quota : 60 (3 séries mixtes de 20)</b>
80 m Haies (prélim. + finale)		F (30" / 0,76)				F et H			
100 m Haies (prélim. + finale)		H (33" / 0,84)	F (30" / 0,76)	F (33" / 0,84)	F (33" / 0,84)	F et H			
110 m Haies (prélim. + finale)			H (36" / 0,91)	H (39" / 0,99)	H (42" / 1,07)	H			
200 m Haies (F.s.c.)		F (30" / 0,76) H (30" / 0,76)				F et H			
300 m Haies (F.s.c.)						F et H			
400 m Haies (F.s.c.)			F (30" / 0,76) H (33" / 0,84)	F (30" / 0,76) H (36" / 0,91)	F (30" / 0,76) H (36" / 0,91)	F et H			
Hauteur <b>(Quota : 10 F et 10 H)</b>							F et H		<b>Standard : F = 1 m 40 / H = 1 m 70</b>
Triple saut <b>(Quota : 12 F et 12 H)</b>							F et H		
Disque <b>(Quota cumulatif F + H = 12)</b>			F (1,0 kg) H (1,5 kg)	F (1,0 kg) H (1,75 kg)	F (1,0 kg) H (2,0 kg)	F et H			<b>Standard : F = 28 m / H = 32 m</b>
Poids <b>(Quota cumulatif F + H = 12)</b>			F (3,0 kg) H (5,0 kg)	F (4,0 kg) H (6,0 kg)	F (4,0 kg) H (7,26 kg)	F et H			<b>Standard : F = 9 m / H = 10 m</b>

**INSCRIPTIONS :**<https://www.avs-sport.com/main.php>

\* avant vendredi 11 juillet 2025 / 17 h

\* 25 \$ / épreuve + taxes (paiement en ligne)