



TRIATHLON EN SALLE BENJAMINS

SAMEDI 17 JANVIER 2015
SALLE JULES LADOUMÈGUE PORTE DE PANTIN

ZONE OUEST

12h00
12h45

CONFIRMATION DES INSCRIPTIONS
MISE EN PLACE DU JURY

FORMATION DES JURYS
CLÔTURE DES INSCRIPTIONS

	<u>COURSES</u>	<u>HAUTEUR</u>	<u>PERCHE</u>	<u>SAUTOIR HAUT</u>	<u>SAUTOIR BAS</u>	<u>POIDS</u>	<u>MEDECINE-BALL</u>
13h00 13h10	<u>50M</u> BEM	BEF	BEF - BEM	<u>LONGUEUR</u> BEF	<u>LONGUEUR</u> BEF	BEM (3Kg) Coureurs de 50 haies + 50m	BEM (3Kg) Coureurs de 50m
13h45		<u>TRIPLE-SAUT</u> BEF - BEM					
14h00	<u>50M HAIES</u> BEM						
14h15	<u>50M HAIES</u> BEF	BEM			<u>LONGUEUR</u> BEM	BEF (2Kg)	BEF (2Kg)
14h30	<u>50M</u> BEF			<u>LONGUEUR</u> BEM		BEF (2Kg)	
15h45	<u>FIN</u>						

MEDECINE-BALL : Lancer arrière

3 essais pour les concours de longueur, triple-saut, poids et medecine-ball

Triathlon : 1 course - 1 saut - 1 lancer

Courses de haies			
50m 5 haies	Départ à 1ère haie	Intervalles	Dernière haie Arrivée
BEF - 0,65 m	11m50	7m50	8m50
BEM - 0,65 m	11m50	7m50	8m50

JURY : Les clubs doivent fournir 1 juge minimum puis 1 supplémentaire par tranche de 5 athlètes.
Nécessité de 35 juges pour faire tourner la compétition

Nous attirons votre attention sur le point suivant :

Informez les accompagnateurs sur les difficultés à se garer à proximité des installations sportives.

Les transports en commun (Tramway, métro) sont recommandés

PRÉ-ENGAGEMENTS sur cda94.athle.com jusqu'au **JEUDI 15 JANVIER 14h00**

Clubs du Groupe Zone Ouest	
ELAN CHEVILLY-LARUE	CSM BONNEUIL SUR MARNE
US CRETEIL	C.A. L'HAY LES ROSES
VINCENNES ATHLETIC	A. AMICALE SPORTIVE DE FRESNE
US IVRY	CLUB OLYMPIQUE DE CACHAN
CSA KREMLIN BICETRE	COSM ARCUEIL
ASFV VILLEJUIF	ATHLETIQUE CLUB DE CHOISY LE
THIAIS AC	UNION SPORTIVE ALFORTVILLE AT