

CHAMPIONNATS AUVERGNE/RHONE-ALPES
d'EPREUVES COMBINEES CA JU ES SE

LYON (63) - Halle S Diagana - 4 rue Victor Schoelcher, 69009 Lyon

SAMEDI 12 JANVIER 2019

Confirmation sur le site AURA : <http://athletisme-aura.fr/pratiquer/competitions/engagements>

Renseignements : [http://athletisme-aura.fr/calendrier/hiver/2019/AURA Livret Hiver CJESM 2018-2019 valide.pdf](http://athletisme-aura.fr/calendrier/hiver/2019/AURA_Livret_Hiver_CJESM_2018-2019_valide.pdf)

ATTENTION : Les athlètes, Epreuves Combinées et Marche dont les Clubs ne respectant pas le quota Juge seront interdits de participer même inscrits sur le site AURA

Horaires définitifs

9h00	Ouverture de la Halle Diagana					
9h30	Début des retraits de dossards (EC jusqu'à 11h45) (200m jusqu'à 13h00) Confirmation et constitution du Jury (jusqu'à 10h30)					
10h30	Entrée du Jury sur leur lieu de concours et de courses, 30mn avant le début de l'épreuve, et début des échauffements. Les heures indiquées ci-après sont les heures de début de concours ou de courses.					
11h00	Début de la Compétition					
	MASCULINS			FEMININS	Horaires	200m
Horaires	JURY A	JURY B	JURY C1 & C2	JURY D1 & D2		
	JU	ES / SE	CA	CA		
	Heptathlon	Heptathlon	Heptathlon	Pentathlon		
11h00				60m Haies (0.76)		
11h45		60m				
11h55				Hauteur 1 & 2		
12h00	60m					
12h15			60m			
12h30		Longueur 1				
12h45	Longueur 3					
13h00			Perche 1 & 2			
13h30						
14h00	Poids 1 & 2			Longueur 1 & 3	14h00	TCF (5 séries)
14h20						
14h45						
15h00					15h00	TCM (8 séries)
15h30	Hauteur 2	Hauteur 1	Longueur 1 & 3	Poids 1 & 2		
16h10						
16h45			Poids 1 & 2	800 m		
17h20						
18h00						

Déroulement des épreuves

A partir de la 2ème épreuve, les horaires sont à titre indicatifs, les épreuves débiteront 30min après la fin de l'épreuve précédente. **Les groupes d'athlètes pourront être modifiés**

Montées de barres pour toute la compétition et toutes catégories

Hauteur de 3cm en 3cm :

1,05 1,08 1,11 1,14 1,17 1,20 1,23 1,26 1,29 1,32 1,35 1,38 1,41 1,44 1,47 1,50 1,53 1,56 1,59
1,62 1,65 1,68 1,71 1,74 1,77 1,80 1,83 1,86 1,89 1,92 1,95 1,98 2,01 2,04 2,07 2,10...etc...

Perche de 10cm en 10 cm :

2,05 2,15 2,25 2,35 2,45 2,55 2,65 2,75 2,85 2,95 3,05 3,15 3,25 3,35 3,45 3,55 3,65 3,75 3,85 3,95 4,05

**CHAMPIONNATS AUVERGNE/RHONE-ALPES
d'EPREUVES COMBINEES & de MARCHÉ CA JU ES SE**

LYON (63) - Halle S Diagana - 4 rue Victor Schoelcher, 69009 Lyon

DIMANCHE 13 JANVIER 2019

Confirmation sur le site AURA : <http://athletisme-aura.fr/pratiquer/competitions/engagements>

Renseignements : http://athletisme-aura.fr/calendrier/hiver/2019/AURA_Livret_Hiver_CJESM_2018-2019_valide.pdf

ATTENTION : Les athlètes, Epreuves Combinées et Marche dont les Clubs ne respectant pas le quota Juge seront interdits de participer meme inscrits sur le site AURA

Horaires définitifs

8h00	Ouverture de la Halle Diagana				
8h30	Début de confirmation de participation des Athlètes, Hommes et Femmes et retrait dossards (EC Jusq'à 9h00)				
9h00	Entrée du Jury sur leur lieu de concours et de courses, 30mn avant le début de l'épreuve, et début des échauffements.				
9h30	Début de la Compétition EC – Confirmation épreuves Marche – Constitution du Jury Marche				
10h00	Entrée du Jury Marche - Distribution des dossards Marche jusqu'à 13h00				
10h20	Début de la Compétition Marche				
	EC				MARCHE
	MASCULINS			FEMININS	TCC
	JURY A	JURY B	JURY C1 & C2	JURY D1 & D2	
	JU	ES / SE	CA	JU / ES SE	
Horaires	Heptathlon	Heptathlon	Heptathlon	Pentathlon	Horaires
9h30				60mHaies (0.84)	9h30
9h55		60mHaies (0.106)			
10h05	60mHaies (0.99)				10h05
10h20			60mHaies (0.91)	Hauteur 1 & 2	10h20
10h40		Perche 1			10h40
10h50	Perche 2				10h50
11h15					11h15
12h00					5000m Marche TCM
12h25					3000m Marche TCF M
12h50					3000m Marche TCF M
12h50					3000m Marche Elite
13h05					13h05
13h15			Hauteur 1&2		13h15
13h25				Poids 1 & 2	13h25
13h35					13h35
14h30				Longueur 1 & 3	2000m Marche BE MI F
15h30	1000m				14h30
15h40		1000m			15h30
15h50			1000m		15h40
15h50					15h50
16h00				800m	16h00

Déroulement des épreuves

A partir de la 2ème épreuve, les horaires sont à titre indicatifs, les épreuves débiteront 30min après la fin de l'épreuve précédente. **Les groupes d'athlètes pourront être modifiés**

Montées de barres pour toute la compétition et toutes catégories

Hauteur de 3cm en 3cm :

1,05 1,08 1,11 1,14 1,17 1,20 1,23 1,26 1,29 1,32 1,35 1,38 1,41 1,44 1,47 1,50 1,53 1,56 1,59 1,62 1,65 1,68 1,71 1,74 1,77 1,80 1,83 1,86 1,89 1,92 1,95 1,98 2,01 2,04 2,07 2,10...etc...

Perche de 10cm en 10 cm :

2,05 2,15 2,25 2,35 2,45 2,55 2,65 2,75 2,85 2,95 3,05 3,15 3,25 3,35 3,45 3,55 3,65 3,75 3,85 3,95 4,05