

PRE-REGIONAUX LARA d'EPREUVES COMBINEES & de MARCHE AURA
Qualificatif aux Championnats Régionaux
Samedi 7 et Dimanche 8 Janvier 2017

SAMEDI 7 JANVIER 2017

8h30	Ouverture de la Halle S Diagana			
9h00	Début de confirmation de participation des Athlètes (jusqu'à 9h30)			
	Confirmation et constitution du Jury			
Jury & Conditions de participation : voir Livret AURA (sur site AURA) http://inter-centre-est.athle.com/upload/ssites/000021/competitions/2017/aura_livret_hivernal_2017_cjes_valide_maj4nov.pdf Aucune inscription sur place				
9h30	Entrée des 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.			
10h00	Début de la Compétition			
Heure	Jury A ES/SEM	Jury B JUM	Jury C CAM	Jury D CAF
10h00				60 h (0,76)
10h30			60 m	
10h50				HAUTEUR 1 & 2
11h00		60 m		
11h10			POIDS 1 & 2	
11h20	60 m			
11h30				
12h00	LONGUEUR 1 & 3	LONGUEUR 1 & 3		
12h30				
12h45				
13h00			LONGUEUR 1 & 2	POIDS 1 & 2
13h20				
14h00				
14h45	POIDS 1 & 2 (Niv.)	POIDS 1 & 2 (Niv.)		
15h00			PERCHE 1 & 2 (Niv.)	LONGUEUR 1 & 2
15h30				
16h00	HAUTEUR 1 & 2 (Niv.)	HAUTEUR 1 & 2 (Niv.)		800 m
16h30				
17h00				

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 :

1,03 1,06 1,09 1,12 1,15 1,18 1,21 1,24 1,27 1,30 1,33 1,36 1,39 1,42 1,45 1,48 1,51 1,54 1,57 1,60 1,63
1,66

1,69 1,72 1,75 1,78 1,81 1,84 1,87 1,90 1,93 1,96 1,99 2,02 2,05 2,08 2,11 2,14 2,17 etc...

Perche de 10cm en 10 cm :

2,03 2,13 2,23 2,33 2,43 2,53 2,63 2,73 2,83 2,93 3,03 3,13 3,23 3,33 3,43 3,53 3,63 3,73 3,83 3,93 4,03
4,13 4,23 4,33 4,43 4,53 4,63 4,73 4,83 4,93 5,03 5,13 ...etc...

PRE-REGIONAUX d'EPREUVES COMBINEES & de MARCHE AURA
Qualificatif aux Championnats Régionaux
Samedi 7 et Dimanche 8 Janvier 2017

DIMANCHE 8 JANVIER 2017

8h30	Ouverture de la Halle S Diagana
9h00	Confirmation de participation pour EC & Marche (jusqu'à 9h30) Les EC Hommes confirmeront leur participation pour la 2ème journée Constitution du Jury
Jury & Conditions de participation : voir Livret AURA (sur site AURA) http://inter-centre-est.athle.com/upload/ssites/000021/competitions/2017/aura_livret_hivernal_2017_cjes_valide_maj4nov.pdf Aucune inscription sur place	
9h30	Entrée des 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.
10h00	Début de la Compétition d'Épreuves Combinées
10h45	Début de la Compétition Marche

Pour la Marche les clubs doivent obligatoirement fournir le quota de Juges

EPREUVES COMBINEES					MARCHE	
Heure	Jury A ES/SEM	Jury B JUM	Jury C CAM	Jury D JU/ES/SEF	Heure	
10h00				60 h (0,84)	10h00	
10h15					10h15	
10h45			60 h (0,91)	HAUTEUR 1 & 2	10h45	5000mMARCHE TCM 1
11h00		60 h (0,99)			11h00	
11h15	60 h (106)				11h15	
11h30					11h30	3000mMARCHE TCF 1
12h00					12h00	5000m MARCHE TCM 2
12h30	PERCHE 1 & 2	PERCHE 1 & 2			12h30	
12h45					12h45	3000mMARCHE TCF 2
13h00			HAUTEUR 1 & 2		13h00	
13h05					13h05	3000mMARCHE TCF 3
13h30				POIDS 1 & 2	13h30	
13h40					13h40	3000mMARCHE TCF 4
14h30					14h30	
15h00				LONGUEUR 1 & 2	15h00	
15h10					15h10	
15h30					15h30	
16h20				800 m	16h20	
16h50			1000 m		16h50	
17h00		1000 m			17h00	
17h15	1000 m				17h15	

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 :

1,03 1,06 1,09 1,12 1,15 1,18 1,21 1,24 1,27 1,30 1,33 1,36 1,39 1,42 1,45 1,48 1,51 1,54 1,57 1,60 1,63 1,66 1,69 1,72 1,75 1,78 1,81 1,84 1,87 1,90 1,93 1,96 1,99 2,02 2,05 2,08 2,11 2,14 2,17 etc...

Perche de 10cm en 10 cm :

2,03 2,13 2,23 2,33 2,43 2,53 2,63 2,73 2,83 2,93 3,03 3,13 3,23 3,33 3,43 3,53 3,63 3,73 3,83 3,93 4,03 4,13 4,23 4,33 4,43 4,53 4,63 4,73 4,83 4,93 5,03 5,13 ...etc...