

## CHAMPIONNATS AUVERGNE RHÔNE-ALPES d'EPREUVES-COMBINEES et de MARCHE

**SAMEDI 13 JANVIER 2018**

**Horaire définitif  
Jeudi 11 janvier 2018**

9h00	Ouverture de la Halle Diagana			
10h00	Début de confirmation de participation des Athlètes (jusqu'à 9h30)			
	Confirmation et constitution du Jury			
10h30	Entrée des Jury sur leur lieu de concours et de courses, 30mn avant le début de l'épreuve, et début des échauffements. <b>Les heures indiquées ci-après sont les heures de début de concours ou de courses.</b>			
11h00	Début de la Compétition			
	MASCULINS			FEMININS
	JURY A	JURY B	JURY C	JURY D
	JU	ES / SE	CA	CA
Horaires	Heptathlon	Heptathlon	Heptathlon	Pentathlon
11h00				60m Haies (0.76)
11h50		60m		
12h10	60m			Hauteur 1 & 2 (niveau)
12h20			60m	
12h25				
13h00	Longueur 1 & 3			
13h30			Perche 1	
14h40				Longueur 1 & 3
14h45	Poids 1 & 2 (+ et - de 12,00m)			
16h00				Poids 1 & 2 (+ et - de 10,00m)
16h10	Hauteur 1 & 2 (niveau)		Longueur 1	
17h00				
17h20			Poids 1	800m
18h00				
18h30				

### 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 4,25 4,35 4,45 4,55 4,65 4,75 4,85 4,95 5,05 ....etc.....

**Jury & Conditions de participation : voir Livret Hivernal ARA (sur site ARA)  
Aucune inscription sur place**

## CHAMPIONNATS AUVERGNE RHÔNE-ALPES d'EPREUVES-COMBINEES et de MARCHE

**DIMANCHE 14 JANVIER 2018**

**Horaire définitif  
Jeudi 11 janvier 2018**

8h00	Ouverture de la Halle Diagana
8h30	Début de confirmation de participation des Athlètes, Hommes et Femmes Confirmation et constitution du Jury
9h00	Entrée des Jury sur leur lieu de concours et de courses, 30mn avant le début de l'épreuve, et début des échauffements. <b>Les heures indiquées ci-après sont les heures de début de concours ou de courses.</b>
9h30	Début de la Compétition EC – Confirmation épreuves Marche – Constitution du Jury Marche
10h00	Entrée du Jury Marche
10h50	Début de la Compétition Marche

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

EC					MARCHE	
	MASCULINS			FEMININS	Horaires	
	JURY A	JURY B	JURY C	JURY D		
	JU	ES / SE	CA	JU / ES / SE		
Horaires	Heptathlon	Heptathlon	Heptathlon	Pentathlon		
9h30				60mHaies (0.84)	9h30	
9h50		60mHaies (0.106)			9h50	
10h05	60mHaies (0.99)				10h05	
10h20			60mHaies (0.91)		10h20	
10h30					10h30	
10h40				Hauteur 1	10h40	
11h15	Perche 1 & 2 (niveau)				11h15	5000m Marche TCM
11h55					11h55	Puis à la suite
12h00					12h00	3000m et ou 5000m
12h40					12h40	
12h45			Hauteur 1		12h45	
13h20				Poids 1	13h20	
13h30					13h30	
13h50					13h50	
14h30				Longueur 1	14h30	
15h30	1000m				15h30	
15h40		1000m			15h40	
15h50			1000m		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 4,25 4,35 4,45 4,55 4,65 4,75 4,85 4,95 5,05 ....etc.....

**Jury & Conditions de participation : voir Livret Hivernal ARA (sur site ARA)**

**Aucune inscription sur place**