

PROGRAMME GUIMIER EN SALLE Mo/P/B

1er tour

SAMEDI 17 ET DIMANCHE 18 NOVEMBRE 2018

10h30 APPEL DES OFFICIELS

	VITESSE	Catégorie	DEMI-FOND	Catégorie	CONCOURS	Catégorie
11h00			4*1 TOUR	MoF	11h00 LONGUEUR	BF
			4*1 TOUR	MoM	LONGUEUR	BM
			4*1 TOUR	PF	POIDS	BF/BM
			4*1 TOUR	PM		
12h00	50M	MoF	4*1 TOUR	BF		
	50M	MoM	4*1 TOUR	BM		
					12h30 LONGUEUR	PF
					LONGUEUR	PM
13h00	50M Haies 0,70	BF	500M	MoF	POIDS	PF/PM
	50M Haies 0,76	BM	500M	MoM	PERCHE	P/B
	50M Haies 0,50	PF				
	50M Haies 0,50	PM				
14h00	60M	BF	1KM Marche	PF	14h00 ANNEAU	MoF
	60M	BM	1000M	PM	ANNEAU	MoM
15h00	50M	PF	1KM Marche	BF		
	50M	PM	1000M	BM		

16h00 FIN DES EPREUVES

Pour les relais les enfants courent dans leur catégorie et leur sexe

Les minimous ne peuvent pas y participer

Epreuves autorisées :Le relais,une course vitesse une course anneau et un concours

Trois essais pour les concours

Deux essais en cas d'affluence (Après accord des clubs présents)

Perche : Première hauteur 1m puis de 10 en 10 ,barre à 1m80

PROGRAMME GUIMIER EN SALLE Mo/P/B

1er tour

Poids PF/PM/BF 2kg Poids BM 3kg
MEDECINE BALL (MB) MoF MoM 1Kg

PROGRAMME GUIMIER EN SALLE Mo/P/B

SAMEDI 12 ET DIMANCHE 13 JANVIER 2019

10h30 APPEL DES OFFICIELS

	VITESSE	Catégorie	DEMI-FOND	Catégorie	CONCOURS	Catégorie
11h00			4*1 TOUR	MoF	11h00 TRIPLE SAUT	BF
			4*1 TOUR	MoM	TRIPLE SAUT	BM
			4*1 TOUR	PF	POIDS	BF/BM
			4*1 TOUR	PM		
12h00	50M Haies 0,40	MoF	4*1 TOUR	BF		
	50M Haies 0,40	MoM	4*1 TOUR	BM		
					12h30 TRIPLE BOND	PF
13h00	50M Haies 0,76	BF	MEDECIN BALL	MoF	TRIPLE BOND	PM
	50M Haies 0,76	BM	MEDECIN BALL	MoM	POIDS	PF/PM
	50M Haies 0,50	PF			HAUTEUR	P/B
	50M Haies 0,50	PM				
14h00	60M	BF	1000M	PF	14h00 TRIPLE BOND SE	MoF
	60M	BM	1KM Marche	PM	TRIPLE BOND SE	MoM
15h00	50M	PF	1000M	BF		
	50M	PM	1KM Marche	BM		

16h00 FIN DES EPREUVES

Pour les relais les enfants courent dans leur catégorie et leur sexe

Les minimous ne peuvent pas y participer

Epreuves autorisées :Le relais,une course vitesse une course anneau et un concours

Trois essais pour les concours

Deux essais en cas d'affluence (Après accord des clubs présents)

Hauteur :Première hauteur 0,90 puis de 10 en 10

Anneau 400g Poids PF/PM/BF 2kg BM 3kg