

CHAMPIONNATS INDOOR D'OCCITANIE D'EPREUVES COMBINÉES
MINIMES ET MASTERS
BOMPAS (66) le DIMANCHE 1^{er} MARS 2020 (238299)

NATURE de la COMPETITION : EPREUVES COMBINEES MINIMES
 EPREUVES COMBINEES MASTERS
 EPREUVES INDIVIDUELLES MASTERS

HORAIRES : Cf. page suivante

QUALIFICATIONS des ATHLETES

MASTERS CHAMPIONNATS REGIONAUX LAO en salle EC+IND
Engagements libres avant le 26/02/2020 à 12h00

MINIMES EC

Les 20 meilleurs aux bilans hivernaux (piste couverte ou non) depuis le 1/11/19 en MF et MM

Aucun engagement ne peut être accepté sur place !

DEMANDE DE PARTICIPATION **par les clubs.**

DATE DE LA COMPETITION	01/03
Limite de réalisation des performances permettant de se qualifier	16/02
Date limite de demande de participation par les clubs	17/02
Publication des listes des athlètes effectivement retenus	18/02 à 14h00
Période de demandes de QE : du 19/02 au 26/02 12h00, publication des QE retenues le 26/02 à 17h00	

FORFAIT : Cf. page 19, applicable au QE.

RECOMPENSES

Médaille d'or, d'argent et de bronze à chaque épreuve de la catégorie MI

REGLES de QUOTAS des OFFICIELS : Cf. page 18

Repas des officiels offert par la LAO le dimanche midi

REGLES TECHNIQUES PARTICULIERES

- Pointes de 6mm maximum.
- Compte tenu de la configuration de la salle, il est prévu des aménagements du règlement des montées de barre :
 - Hauteur : Montées de barre basses de 5 en 5, puis de 3 en 3 à la discrétion de la direction de compétition
 - Perche : Montées de barre basses de 20 en 20, puis de 10 en 10 à la discrétion de la direction de compétition
- La direction de compétition pourra décider de la création de groupes d'athlètes en fonction des circonstances.

08H30 : Ouverture du secrétariat

09H00 : Formation et mise en place du jury

Clôture des confirmations 30mn avant de début de la 1^{ère} épreuve.

Epreuves Combinées Minimales & Masters					
HORAIRES	PENTATHLON MASTERS F	PENTATHLON MASTERS H	PENTATHLON MIF	PENTATHLON MIM	HORAIRES
09 H 20		60 Haies Masters M35-M40 0,99			9 H 20
09 H 25		60 Haies Masters M50 0,91			9 H 25
09 H 30	60 Haies Masters F35 0,84	60 Haies Masters M60 0,84			9 H 30
09 H 35	60 Haies Masters F40 0,76				9 H 35
09 H 40	60 Haies Masters F50 0,76				
09 H 50				50 Haies MIM 0,84	9 H 50
10 H 00		Longueur	50 Haies MIF 0,76		10 H 00
10 H 30	Hauteur sautoir B		Poids 3 kg MIF	Hauteur MIM sautoir A	10 H 30
11 H 00		Poids			11 H 00
11 H 30			Longueur		11 H 30
12 H 00	Poids	Hauteur Sautoir B			12 H 00
12 H 30			Hauteur Sautoir A		12 H 30
13 H 00	Longueur			Poids 4 kg	13 H 00
13 H 30					13 H 30
14 H 00				Longueur	14 H 00
14 H 30	800				14 H 30
15 H 00		1000			15 H 00
15 H 20				1000	15 H 20
15 H 35			1000		15 H 35

Epreuves Individuelles Masters					
HORAIRES	Courses Femmes	Courses Hommes	Concours Femmes	Concours Hommes	HORAIRES
09 H 20		60 Haies Masters M35-M40 0,99	Triple-Saut	Triple-Saut	9 H 20
09 H 25		60 Haies Masters M50 0,91			9 H 25
09 H 30	60 Haies Masters F35 0,84	60 Haies Masters M60 0,84			9 H 30
09 H 35	60 Haies Masters F40 0,76				9 H 35
09 H 40	60 Haies Masters F50 0,76				
10 H 00				Longueur	10 H 00
10 h 15	60m	60m			10 h 15
10 H 30			Hauteur		10 H 30
11 H 00				Poids	11 H 00
12 H 00			Poids	Hauteur	12 H 00
12 H 30			Longueur		12 H 30
13 H 30	200 m Masters		Perche	Perche	13 H 30
13 H 45		200 m Masters			13 H 45
14 H 00	400 m Masters				14 H 00
14 H 15		400 m Masters			14 H 15
14 H 30	800 m Masters				14 H 30
14 H 35		800 m Masters			14 H 35
14 H 45	1500 m Masters				14 H 45
14 H 50		1500 m Masters			14 H 50
15 H 45	3000 m Masters	3000 m Masters			15 H 45