

BULLETIN HIVERNAL

LIGUE DE NORMANDIE D'ATHLÉTISME

SAISON 2016 – 2017



Edito

Tout d'abord, je souhaite remercier Jean-Pascal Edeline, André Kerveillant et les équipes qui les ont accompagnés, pour le travail réalisé en CSO et dans le cadre du Copil. Notre première mission était de préparer cette première saison hivernale sous l'égide de la Ligue de Normandie. Ensuite, notre travail a été de coordonner les règlements d'interclubs pour la nouvelle Ligue, ainsi que les compositions des poules.

Sans nous substituer à la nouvelle équipe qui sera mise en place le 26 Novembre prochain, les deux CSO se sont mises au travail dans le souci que nos clubs connaissent dès le début de la saison hivernale, le calendrier et les modes de qualifications pour la saison 2016/2017.

La commission mixte nous a permis de prendre en compte toutes les spécificités de chacune des anciennes Ligues et des Comités, et de faire les propositions acceptables pour tous les tours de compétitions, les minimas, les procédures, etc...

A chaque fois, nous avons pris en compte l'historique et les habitudes pour que les clubs puissent s'y retrouver. Donc pas de révolution, mais une véritable évolution pour que nous puissions pratiquer dans les meilleures conditions notre sport dans notre nouvelle Ligue.

En attendant la désignation de la nouvelle CSO Normande, je vous souhaite à tous une excellente saison hivernale.

Dominique Lesoeur
Coordinateur CSO pour le COPIL

Pour tout renseignement supplémentaire :

DD Kerveillant
Ancien Pdt CSO Haute Normandie
Tél : 06 85 31 92 29
kerveillant.andre@neuf.fr

Jean Pascal Edeline
Ancien Pdt CSO Basse Normandie
Tél : 06 15 17 49 57
jpisaedeline@aol.com

SOMMAIRE

Page 1 Edito

Page 2 Sommaire

Page 3 à 13 Calendrier

Salle

Page 14 Réglementations des compétitions en salle

Page 15 Participation des athlètes hors-ligue à VDR

Page 16 1^{ère} Journée des Pré-Régionaux Mondeville - 27/11

Page 17 1^{ère} Journée des Pré-Régionaux Val De Reuil - 02/12

Page 18 2^{ème} Journée des Pré-Régionaux Val De Reuil - 10/12

Page 19 2^{ème} Journée des Pré-Régionaux Mondeville - 10/12

Page 20 3^{ème} Journée des Pré-Régionaux Val De Reuil - 11/12

Page 21 3^{ème} Journée des Pré-Régionaux Mondeville - 11/12

Page 22 à 24

Championnats Régionaux d'Epreuves Combinées Mondeville 17 et 18/12

Page 25 4^{ème} Journée des Pré-Régionaux Val De Reuil - 07/01

Page 26 4^{ème} Journée des Pré-Régionaux Mondeville - 07/01

Page 27 Championnats de Normandie en salle Val De Reuil - 14 et 15/01

Page 28 Grille des minimas

Page 29 Jurys

Page 30 Demandes de Qualifications exceptionnelles pour les Régionaux

Page 31 Horaire du Samedi 14

Page 32 Horaire du Dimanche 15

Cross-Country

Page 33 à 36

Cross Court Evreux - 11/12

Championnats de Normandie à Falaise - 22/01

Parcours – Distances

Plan du parcours

Page 37 Demandes de Qualifications exceptionnelles pour les Régionaux

Lancers Longs

Page 38 Lancers Longs



Ligue de Normandie d'Athlétisme

Mise à jour au 08/11/2016

CALENDRIER de OCTOBRE 2016 à AOÛT 2017

OCTOBRE.2016

J	Dates	Internationales	Nationales	Régionales	Départementales	Clubs	Autres
S D	8 9						Formation Bases Athlé Entraîneurs (1 ^{er} week end) Houlgate
S	15				CDA 27 Kid's Athlé Eveils Triathlon Poussins Val de Reuil		Formation Officiels Starters Le Grand Quevilly Petit Couronne
S D	15 16						Formation Bases Athlé Entraîneurs (2 ^{ème} week end) Houlgate
D	16				CDA 76 / 61 / 27 Epreuves Ouvertes Interdépartementales Minimes Val de Reuil		
Du Au	20 23						Formation Bases Athlé Entraîneurs Val de Reuil
V	21						Assemblée Générale CDA 27 Pacy Sur Eure

Vacances du 20/10 au 02/11

NOVEMBRE.2016

J	Dates	Internationales	Nationales	Régionales	Départementales	Clubs	Autres
D	6				CDA 76 / 61 / 27 Epreuves Ouvertes Interdépartementales Benjamins Val de Reuil		
V	11					Cross de Montilly (61)	
V	11					Cross Carrington Louviers (27)	
S D	12 13						Formation Entraîneurs 1 ^{er} degré Marche Nordique (1 ^{er} week end) Petit Couronne
Du Au	17 20						Formation Entraîneurs 1 ^{er} degré Hors Stade (Mod.2) Houlgate
D	13				CDA 76 Départementaux de Lancers Longs (de BE à Ma) Le Havre		
V	18				CDA 27 Soirée 1/2 Fond Cadets et + Val De Reuil		
S	19				CDA 14 Triathlon B / M Mondeville	Epreuves Ouvertes de Perche Cherbourg (50)	Assemblée Générale CDA 76 Belleville en Caux
S	19				CDA 27 / 61 Départementaux d'Epreuves Combinées B / M en salle (1 ^{ère} journée) Val de Reuil	Triathlon 50 Granville	

S D	19 20						Formation Entraîneurs 1er degré Marche Nordique (2 ^{ème} week end) Petit Couronne
D	20				CDA 76 Championnats Départementaux d'Epreuves Combinées Minimes et Epreuves Ouvertes Benjamins (1 ^{ère} journée) Val de Reuil		
V	25				CDA 27 Soirée 1/2 Fond Cadets et + Val De Reuil		
V S D	25 26 27						Formation Entraîneurs 1 ^{er} degré Spécialiste Houlgate
V S D	25 26 27						Formation Entraîneurs Module -12 ans Houlgate
S	26						Assemblée Générale LNA - Caen
D	27			Pré-Régionaux Mondeville		Cross de Bolbec (76)	
L	28						Formation Officiels Chrono Manuel Le Grand Quevilly
Me	30					Epreuves Ouvertes de l'USOM Mondeville	

DÉCEMBRE.2016

J	Dates	Internationales	Nationales	Régionales	Départementales	Clubs	Autres
V	2			Pré Régionaux Cadets et + Val de Reuil			
S	3				CDA 14 / 50 Epreuves Combinées Benjamins / Minimes Mondeville		
S	3				CDA 27 / 61 Championnats Départementaux d'Epreuves Combinées B / M en salle (2 ^{ème} journée) Val de Reuil		
S	3				CDA 14 Meeting Lancers Longs Aunay Sur Odon		
D	4				CDA 76 Championnats Départementaux d'Epreuves Combinées Benjamins + Epreuves Ouvertes Minimes Val de Reuil		
D	4				CDA 50 Championnats Départementaux Granville (50)		
D	4				CDA 27 Meeting de Lancers Longs Gaillon	Cross de Bretteville Sur Odon (14)	
S	10				CDA 27 Kid's Athlé Eveils et Triathlon (matin) Val de Reuil		

S D	10 11			Pré Régionaux Cadets et + Val de Reuil et Mondeville			
D	11	Championnats d'Europe de Cross Country Chia (Italie)		Régionaux de Cross Court Evreux			
Me	14					Meeting Perche ASPTTR - St Exupéry Rouen	
S	17				CDA 27 / 61 Championnats Départementaux Benjamins et Minimes Val de Reuil	Kids Cross ASPTTR - Pte Bouverie Rouen	Assemblée Générale FFA Paris
S	17				CDA 50 Triathlon B / M Cherbourg		
S D	17 18			Régionaux d'Epreuves Combinées Cadets et + + Epreuves Ouvertes Mondeville			
D	18				CDA 14 Départemental de Cross Court Colombelles		
D	18				CDA 76 Championnats Départementaux Individuels Benjamins et Minimes Val de Reuil		
Du Au	Me 21 V 23						Stage de Noël Val de Reuil

Vacances du 18/12/2016 au 02/01/2017

JANVIER.2017

J	Dates	Internationales	Nationales	Régionales	Départementales	Clubs	Autres
S	7			Pré-Régionaux Indoor (Toutes catégories) Val de Reuil et Mondeville	Championnats Départementaux de Cross 61 - Alençon		Formation Officiels 1er et 2ème degré (théorie) Val de Reuil
D	8				Championnats Départementaux de Cross 14 - Vire 27 - Gaillon 50 - Saint James 76 - Harfleur		
S	14				CDA 14 Triathlon B / M Mondeville		
S	14				CDA 27 Kid's Athlé Eveils et Triathlon (matin) Val de Reuil		Formation Officiels Starters (pratique) Val de Reuil
S D	14 15			Régionaux Indoor Cadets et + Val de Reuil			
D	15					Cross d'Hérouville (14)	
S	21				CDA 61 Meeting de Lancers Longs L'Aigle		
S	21				CDA 50 Championnats Départementaux Cherbourg		
S D	21 22			Pré France d'Epreuves Combinées et Marche Mondeville			

D	22			Régionaux de Cross Falaise (61)			
V S D	27 28 29						Championnats de France UNSS Val de Reuil
S	28		Meeting Perche Elite Tour Rouen		CDA 14 Départementaux Benjamins / Minimes Mondeville		
S	28				CDA 50 Meeting Lancers Longs Saint Lô		
S D	28 29			Pré France Individuels Rennes			
D	29				CDA 50 Départementaux Benjamins / Minimes Mondeville		

FÉVRIER.2017

J	Dates	Internationales	Nationales	Régionales	Départementales	Clubs	Autres
Me	1er					Meeting B / M ASPTTR - St Exupéry Rouen	
Me J	1er 02						Championnats de France UGSEL Val de Reuil
S	4		Meeting Elite en Salle Mondeville	Régionaux Lancers Longs Aunay Sur Odon			
S D	4 5		Championnats de France Epreuves Combinées et Marche Rennes				

S D	4 5		Championnats de France Espoirs et National Lyon				
D	5			1/2 Finale de Cross + Intercomités Minimes Mortagne au Perche	Match Intercomités de Cross Mortagne au Perche		
Ma	7		Meeting National de l'Eure Val de Reuil				
V S D	10 11 12		Championnats de France Masters Val de Reuil				
S	11				CDA 27 Kid's Athlé Eveils et Triathlon (matin) Val de Reuil		
S D	11 12		Championnats de France Cadets / Juniors Nantes				
D	12			Régionaux d'Epreuves Combinées B / M Mondeville			
S D	18 19		Championnats de France Elite en salle Bordeaux				
S	25				CDA 50 Triathlon B / M Cherbourg		Stage CDA 27 Benjamins / Minimes Val de Reuil
S D	25 26		Championnats de France Hivernaux Lancers Longs Châteauroux				Stage Régional Minimes Mondeville
S D	25 26		Championnats de Cross-Country Saint Galmier (ARA)				

Vacances du 12/02 au 26/02

MARS.2017

J	Dates	Internationales	Nationales	Régionales	Départementales	Clubs	Autres
V S D	3 4 5	Championnats d'Europe en Salle Belgrade (Serbie)					
D	5			Régionaux Individuels Benjamins / Minimes Val de Reuil			
S	11						Stage CDA 27 Benjamins / Minimes Val de Reuil
D	12		Championnats de France de Semi-Marathon Bourg en Bresse (ARA)		Match Intercomités en salle B / M Mondeville	10 km Boucles de la Seine ST Pierre les Elbeuf (76)	
D	12		Championnats de France des 20 km et 50 km Marche				
S	18				CDA 27 Kid's Athlé Eveils et Triathlon (matin) Val de Reuil		
D	19					10 km (Label) Vernon Tout Court Vernon (27)	
D	26	Championnats du Monde de Cross Country Kampala (Ouganda)		Match Interligues Minimes Val de Reuil			

AVRIL.2017

J	Dates	Internationales	Nationales	Régionales	Départementales	Clubs	Autres
S D	1er 2						Formation Entraîneurs 1 ^{er} degré Hors Stade (Mod.1) Houlgate

S D	1er 2						Stage Régional Minimes Houlgate
D	9		Critérium National de Printemps des Jeunes de Marche				
S	22					10 km (Label) 22ème Foulée Nocturnes de la ST Georges Romilly S/Andelle (27)	
D	23					10 km (Label) Corrida du Marais Vernier Marais Vernier (27)	
S	29		Championnats de France du 10 000m Pacé (BRE)				

Vacances du 09/04 au 23/04

MAI.2017

J	Dates	Internationales	Nationales	Régionales	Départementales	Clubs	Autres
D	7		Interclubs National 1 ^{er} Tour	Interclubs Régional 1 ^{er} Tour			
D	21		Interclubs National 2 ^{ème} Tour				

JUIN.2017

J	Dates	Internationales	Nationales	Régionales	Départementales	Clubs	Autres
V S D	16 17 18		Championnats de France des Masters				
S D	17 18		Championnats de France d'Ep. Combinées Saint-Renan (BRE)				

D	25					10 km (Label) Sainte Adresse (76)	
V S D	30 01/07 02/07		Championnats de France Cadets / Juniors Dreux (CEN)				

JUILLET.2017

J	Dates	Internationales	Nationales	Régionales	Départementales	Clubs	Autres
Ma	4	Meeting EAE Sotteville					
S D	8 9		Championnats de France Espoirs et Nationaux Albi				
S D	8 9		Finale Nationales des Pointes d'Or Colette Besson Minimes				
D	9		Championnats de France 100 km Cléder (BRE)			10 km (Label) Le Mascaret Pont Audemer (27)	
Du Au	14 16		Championnats de France Elite Marseille				

Vacances du 09/07 au 03/09

AOUT.2017

J	Dates	Internationales	Nationales	Régionales	Départementales	Clubs	Autres
Du Au	05 13	Championnats du Monde Londres					

SALLE

Réglementation des compétitions en salle

Un certain nombre de compétitions organisées par la CSO ou la CRJ vont se dérouler dans les salles de Mondeville et/ou de Val de Reuil.

Il est demandé à chacun le plus grand respect des lieux et des personnes.

Des précautions d'utilisation doivent être obligatoirement appliquées par tous :

- L'accès aux aires de pratiques se fait avec des chaussures de sport propres et adaptées. Seules les pointes de 6mm sont admises sur l'équipement pour l'entraînement et les compétitions (règle 216 de l'IAAF).
- Il est interdit d'accéder aux gradins ou vestiaires, avec les chaussures à pointe.
- Il est impératif d'utiliser les poubelles prévues à cet effet pour y jeter les débris.
- Les lieux doivent être laissés dans un parfait état de propreté.
- Il est interdit de manger et de boire sur la piste, seule l'eau est autorisée.
- Les spectateurs doivent rester dans les tribunes ou derrière les balustrades.

Aire de compétition : l'aire de compétition est par définition la surface où se déroule la compétition et est donc réservée à cet effet aux seuls athlètes et aux officiels.

Dispositions particulières à la salle de Val de Reuil :

Localisation :

- Le sautoir de longueur N° 1 est celui près de la ligne d'arrivée du 60m.
- Le sautoir N° 2 est le plus proche de la ligne d'arrivée « Anneau ».
- Le sautoir N° 3 est celui près de la ligne de départ du 60 m.
- Le sautoir N° 4 se trouve dans la salle d'échauffement.

Zones " Coachs" : des zones réservées aux entraîneurs seront délimitées dans l'aire de compétition ou à proximité :

- Hauteur :
 - Courses en ligne droite, zone sur les couloirs 5 et 6 de la piste de 200m.
 - Courses sur l'anneau : à l'extérieur du couloir 6.
- Sautoir 1 ou 2 :
 - Courses en ligne droite : une zone « coach » sera aménagée au niveau de la ligne d'arrivée de l'anneau.
 - Courses sur l'anneau : la zone sera déplacée au niveau de la ligne d'arrivée du 60 m.
- Sautoir 3 : la zone « coach » sera aménagée derrière le sautoir à la perche.
- Perche : au niveau des couloirs 5 et 6 de l'anneau sauf en cas de courses sur l'anneau, à l'extérieur.
- Poids : au niveau des couloirs 5 et 6 de l'anneau sauf en cas de courses sur l'anneau, à l'extérieur.

Règlement des zones « coachs » :

- Les coachs sont autorisés à se rendre sur ces zones mais devront rester assis durant toute la durée du concours. Ils ne sont pas habilités à prendre les marques pour les athlètes.
- Ils doivent évacuer l'aire de compétition dès la fin du concours.
- En cas de manquements à ces règles de fonctionnement, les entraîneurs pourront être exclus par les juges arbitres.

PARTICIPATION DES ATHLÈTES HORS LIGUE aux compétitions en salle à Val de Reuil

Objet : Participation des athlètes hors-ligue aux compétitions en salle.

Les athlètes des catégories de Cadets à Masters non licenciés en Ligue de Normandie peuvent participer à toutes les compétitions en salle organisées au stade couvert Jesse Owens à VAL DE REUIL sous condition de suivre les modalités suivantes :

- Les droits de participation sont fixés à 10 € par athlète et par jour. La facture sera adressée aux clubs par le secrétariat de la ligue en fin de saison hivernale.
- **Engagements** directement sur le site de la Ligue de Haute Normandie d'Athlétisme pour le **Vendredi 12h00 précédant la compétition** (le site de la LHNA restera ouvert toute la saison hivernale).
- **Pour les Championnats Régionaux des 14 et 15 Janvier, engagements uniquement auprès du Président de la CSO, le module d'engagement étant bloqué du fait de minimas.** L'adresse vous sera communiquée sur le site ou par le secrétariat de la ligue suite aux élections et à la nomination du Président de CSO.
- **Officiels** : obligation de fournir un officiel par tranche de 10 athlètes engagés.
- **Minimas** :

Epreuves Combinées : à Mondeville les 17 et 18 Décembre, pas de minima, engagements sur le site de la LBNA.

Epreuves individuelles : athlètes classés en 2016

- R1 pour les CH et JH – EF et SF
- N3 pour les EH et SH
- R2 pour les CF et JF
- Minima Masters identiques aux minimas Juniors

Ou ayant réalisé depuis le début de la saison hivernale les minimas ci-dessous. :

Epreuve	CH	JH et MaH	EH et SH	CF	JF et MaF	EF et SF
50m	6.35	6.25	6.05	7.30	7,20	7.10
60m	7.55	7.45	7.25	8.60	8.60	8.30
200m	24.00	23.80	23.00	27.70	27.70	27.50
400m	57.00	54.50	54.00	67.00	64.00	63.00
800m	2.10	2.05.00	1.58.00	2.35.00	2.28.00	2.28.00
1500m		4.05.00	4.00.00		5.03.00	4.55.00
Marche	28.00.00	25.50.00	25.50.00	19.00.00	19.00.00	18.00.00
50 haies	8.84	8.60	7.60	9.20	9.00	9.00
60 haies	9.94	8.80	8.80	10.60	10.60	10.60
Hauteur	1m80	1m85	1m95	1m49	1m49	1m55
Longueur	6m10	6m50	6m70	4m85	4m85	5m15
Triple	12m50	13m30	14m00	10m00	10m60	11m00
Perche	3m80	4m20	4m50	2m65	2m65	2m90
Poids	13m00	14m00	13m00	10m80	10m00	10m40

1^{ère} Journée des Pré-Régionaux en Salle
Mondeville – Dimanche 27 Novembre 2016

ENGAGEMENTS :

Sur le site de la Ligue, avant le Jeudi 24 Novembre – 14h00 dernier délai.

JURYS :

A expédier à : jurys-lbna@googlegroups.com avant le jeudi 24 à 14h00 avec N° licence.
 (1 jury par tranche de 5 athlètes et ceci jusqu'à 20 athlètes)

HORAIRES :

Courses	Horaire	Hauteur	Perche	Longueur	Triple saut	Poids
5000 Marche H	11 h 00	F				
3000 Marche F	11 h 15					F
	11 h 50			CF		
800m H	12 h 35	H				
800m F	12 h 50					H
1500m H	13 h 15					
1500m F	13 h 30			JESVF		
60m H 1 ^{ère} course	15 h 00		F		H	
60m F 1 ^{ère} course	16 h 00					
60m H 2 ^{ème} course	16 h 40					
60m F 2 ^{ème} course	17 h 20					

En hauteur, possibilité de dédoubler les concours.

Ossature du jury :

Directeur de Compétition	
Directeur de Réunion	P. Caugant
Juge arbitre courses	P. Caugant
Juge arbitre concours	
Juge arbitre départs	
Starters	
Chrono électrique	D. Lesénéchal
Chambre d'appel	
Secrétariat	
Animation	
Juges de marche	

1^{ère} Journée des Pré-Régionaux en Salle
Val de Reuil – Vendredi 2 Décembre 2016

ENGAGEMENTS :

Sur le site de la Ligue, avant le Vendredi 2 – 12h00 dernier délai.

JURYS :

A expédier à : kerveillant.andre@neuf.fr avant le Vendredi 2 – 12h00 avec N° licence.

HORAIRES :

Courses	Horaire	Hauteur	Longueur	Triple saut	Perche	Poids
60 haies ES H	19 h 45	H	F	H	H – F 1 ^{ère} barre 1,60 m	3 kg
60 haies JH	19 h 55					
60 haies CH	20 h 00					
60 haies JES F	20 h 10					
60 haies CF	20 h 20					4 kg
200m H	20 h 30					
200m F	21 h 15	F	H	F	H – F 1 ^{ère} barre 2,60 m	5 – 6 kg
1500m H	21 h 45					
1500m F	21 h 55					7,260 kg
400m H	22 h 05					
400m F	22 h 25					

En hauteur et Longueur, possibilité de dédoubler les concours.

Ossature du jury :

Directeur de Compétition	D. Speybrouck
Directeur de Réunion	DD Kerveillant
Juge arbitre courses	A. Bouilloux
Juge arbitre concours	D. Lesoeur
Juge arbitre départs	A. Voiriot
Starters	M. Louvet
Chrono électrique	G. Deletoille – J.C. Bretteville – J. Berque
Chambre d'appel	MT. Pouchet – JY. Hurtevent
Secrétariat	V. Le Boucher – C. Louvet
Animation	L. Vollard – A. Lelant

2^{ème} Journée des Pré-Régionaux en Salle
Val de Reuil – Samedi 10 Décembre 2016

ENGAGEMENTS :

Sur le site de la Ligue, avant le Vendredi 9 – 12h00 dernier délai.

JURYS :

A expédier à : kerveillant.andre@neuf.fr avant le Vendredi 9 – 12h00 avec N° licence.

HORAIRES :

Courses	Horaire	Hauteur	Longueur	Triple saut	Poids
5000 Marche H	14 h 30				4 kg
3000 Marche F	15 h 10		F		
800m H	15 h 35				5 – 6 kg
800m F	15 h 50				
60m H 1 ^{ère} course	16 h 10				
	16 h 30	F		H	7,260 kg
60m F 1 ^{ère} course	17 h 00				
60m H 2 ^{ème} course	17 h 40				3 kg
60m F 2 ^{ème} course	18 h 20				

En hauteur et Longueur, possibilité de dédoubler les concours.

Ossature du jury :

Directeur de Compétition	P. Colleville (VRAC)
Directeur de Réunion	DD Kerveillant
Juge arbitre courses	JM. Nicolas
Juge arbitre concours	P. Gougeon
Juge arbitre départs	A. Voiriot
Starters	O. Duval
Chrono électrique	S. Devaux – G. Deletoille
Chambre d'appel	M.T. Pouchet – S. Fauveau
Secrétariat	V. Le Boucher
Animation	L. Vollard – M. Fauveau
Juges de marche	

2^{ème} Journée des Pré-Régionaux en Salle
Mondeville – Samedi 10 Décembre 2016

ENGAGEMENTS :

Sur le site de la Ligue, avant le Jeudi 8 Décembre – 14h00 dernier délai.

JURYS :

A expédier à : jurys-lbna@googlegroups.com avant le Jeudi 8 – 14h00 avec N° licence.
 (1 jury par tranche de 5 athlètes et ceci jusqu'à 20 athlètes)

HORAIRES :

Courses	Horaire	Longueur	Triple saut	Perche
	14 h 00		TCF	TCH
200m H	14 h 30			(1 ^{ère} barre 3.00)
200m F	15 h 00	CH		
60 haies ES H 1 ^{ère} course	15 h 45			
60 haies JH	15 h 55			
60 haies CH	16 h 05			
60 haies JES F	16 h 20			
60 haies CF	16 h 30			
60 haies ES H 2 ^{ème} course	17 h 00	JESVH		TCH
60 haies JH	17 h 10			(Concours B)
60 haies CH	17 h 20			
60 haies JES F	17 h 30			
60 haies CF	17 h 40			
400m H	18 h 00			
400m F	18 h 30			

En triple saut, possibilité de dédoubler les concours.

Ossature du jury :

Directeur de Compétition	
Directeur de Réunion	D. Boucher
Juge arbitre courses	JC. André
Juge arbitre concours	
Juge arbitre départs	
Starters	
Chrono électrique	D. Lesénéchal
Chambre d'appel	
Secrétariat	J. Prod'homme – JC. Baudeur

3^{ème} Journée des Pré-Régionaux en Salle
Val de Reuil – Dimanche 11 Décembre 2016

ENGAGEMENTS :

Sur le site de la Ligue, avant le Vendredi 9 – 12h00 dernier délai.

JURYS :

A expédier à : kerveillant.andre@neuf.fr avant le Vendredi 9 – 12h00 avec N° licence.

HORAIRES :

Courses	Horaire	Hauteur	Longueur	Triple saut	Perche
60 haies ES H 1 ^{ère} course	12 h 00	H			H – F 1 ^{ère} barre 1,60m
60 haies JH	12 h 10				
60 haies CH	12 h 15				
60 haies JES F	12 h 30				
60 haies CF	12 h 40			F	
60 haies ES H 2 ^{ème} course	13 h 00				
60 haies JH	13 h 10				
60 haies CH	13 h 15				
60 haies JES F	13 h 30				H – F 1 ^{ère} barre 2,60m
60 haies CF	13 h 40		H		
200m H	14 h 00				
200m F	15 h 00				
400m H	15 h 45				
400m F	16 h 05				

En hauteur et Longueur, possibilité de dédoubler les concours.

Ossature du jury :

Directeur de Compétition	P. Colleville (VRAC)
Directeur de Réunion	DD Kerveillant
Juge arbitre courses	A. Bouilloux
Juge arbitre concours	JM. Nicolas
Juge arbitre départs	
Starters	O. Duval
Chrono électrique	G. Deletoille – J. Berque
Chambre d'appel	M.T. Pouchet – JY. Hurtevent
Secrétariat	V. Le Boucher
Animation	L. Vollard

**3^{ème} Journée des Pré-Régionaux en Salle
Mondeville – Dimanche 11 Décembre 2016**

ENGAGEMENTS :

Sur le site de la Ligue, avant le Jeudi 8 Décembre – 14h00 dernier délai.

JURYS :

A expédier à : jurys-lbna@googlegroups.com avant le Jeudi 8 à 14h00 avec N° licence.

(1 jury par tranche de 5 athlètes et ceci jusqu'à 20 athlètes)

HORAIRES :

Courses	Horaire	Hauteur	Perche	Longueur	Triple saut	Poids
5000 marche H	11 h 00	F		CF		F
	11 h 15					
3000 marche F	11 h 50	H		JESVF	H	H
800m H	12 h 35					
800m F	12 h 50					
1500m H	13 h 15			JESVF	H	
1500m F	13 h 30					
60m H 1 ^{ère} course	15 h 00		F			
60m F 1 ^{ère} course	16 h 00					
60m H 2 ^{ème} course	16 h 40					
60m F 2 ^{ème} course	17 h 20					

En hauteur, possibilité de dédoubler les concours.

Ossature du jury :

Directeur de Compétition	
Directeur de Réunion	D. Boucher
Juge arbitre courses	D. Boucher
Juge arbitre concours	
Juge arbitre départs	
Starters	
Chrono électrique	
Chambre d'appel	
Secrétariat	
Animation	
Juges de marche	

**Championnats Régionaux d'Épreuves Combinée
Mondeville - Samedi 17 Décembre 2016**

ENGAGEMENTS :

Sur le site de la Ligue, avant le Jeudi 15 Décembre – 14h00 dernier délai.

JURYS :

A expédier à : jurys-lbna@googlegroups.com avant le Jeudi 15 à 14h00 avec N° licence.

Réunion des Officiels : 12h00

	CAM	JUM - ESM	SEM	Epreuves Ouvertes
13 h 00	60m			
13 h 15				
13 h 30				
13 h 45	Longueur A			
14 h 00		60m		
14 h 15				
14 h 30			60m	
14 h 45		Longueur B		
15 h 00				
15 h 15	Poids			800m H
15 h 30			Longueur A	800m F
15 h 45				
16 h 00				5000 marche H
16 h 15		Poids		
16 h 30				
16 h 45				
17 h 00				3000 marche F
17 h 15			Poids	
17 h 30	Perche	Hauteur A		
17 h 45				
18 h 00				1500m H
18 h 15			Hauteur B	1500m F
18 h 30				3000m H
18 h 45				3000m F
19 h 00				

Longueur A : Sauter le plus proche de l'anneau

Longueur B : Sauter le plus proche de la ligne droite centrale

Hauteur A : Sauter proche des aires de longueur

Hauteur B : Sauter proche de l'aire de poids

Un officiel par tranche de 1 à 3 athlètes, et ceci jusqu'à 18 athlètes.

Les horaires sont susceptibles d'être modifiés en fonction du nombre de participants.

CONFIRMATION 1 HEURE AVANT LE DÉBUT DE LA PREMIERE ÉPREUVE SUR LES FEUILLES PRÉVUES A CET EFFET.

**Championnats Régionaux d'Épreuves Combinées
Mondeville - Dimanche 18 Décembre 2016**

Réunion des Officiels : 8h30

CAF	JUF-ESF-SEF		CAM	JUM - ESH	SEM
		9 h 30	60m Haies		
		9 h 45		60m Haies	
		9 h 55			60 Haies
60m Haies		10 h 15			
	60m Haies	10 h 30			
		11 h 00			
Hauteur B		11 h 15	Hauteur A	Perche B	Perche A
		11 h 25			
		11 h 30			
		11 h 45			
		12 h 00			
		12 h 15			
		12 h 30			
		12 h 45			
		13 h 00			
Poids	Hauteur A	13 h 15			
		13 h 30	1000m		
		13 h 45			
		14 h 00			
		14 h 15			
		14 h 30			
		14 h 45			
		15 h 00		1000m	
	Poids	15 h 15			1000m
Longueur A		15 h 30			
		15 h 45			
		16 h 00			
		16 h 15			
	Longueur B	16 h 30			
		16 h 45			
800m		17 h 00			
	800m	17 h 45			

Horaires susceptibles de modifications en fonction du nombre de participants le jour de la compétition.

CONFIRMATION DE VOTRE PARTICIPATION DES VOTRE ARRIVÉE SUR LES FEUILLES AFFICHÉES. **Les Masters peuvent participer sur les épreuves Seniors.**

Championnats Régionaux d'Épreuves Combinées
Mondeville - 17 & 18 Décembre 2016

Ossature du jury :

	Samedi 17	Dimanche 18
Directeur de Compétition		
Directeur de Réunion		
Juge arbitre courses		
Juge arbitre concours		
Juge arbitre départs		
Starters		
Chrono électrique	JC. André	JC. André
Chambre d'appel		
Secrétariat		
Animation		
Juges de marche		

4^{ème} Journée des Pré-Régionaux en Salle
Val de Reuil – Samedi 7 Janvier 2017

ENGAGEMENTS :

Sur le site de la Ligue, avant le Vendredi 6 – 12h00 dernier délai.

JURYS :

A expédier à : kerveillant.andre@neuf.fr avant le Vendredi 6 – 12h00 avec N° licence.

HORAIRES :

Courses	Horaire	Hauteur	Longueur	Triple saut	Perche	Poids
5000 marche H	14 h 30			H		
3000 marche F	15 h 10	H	F		H – F 1 ^{ère} barre 1,60m	3 kg
60m H 1 ^{ère} course	15 h 35					
60m F 1 ^{ère} course	16 h 30	F	H		H – F 1 ^{ère} barre 2,60m	5 – 6 kg
60m H 2 ^{ème} course	17 h 15			F		7,260 kg
60m F 2 ^{ème} course	18 h 00					4 kg
800m H	18 h 40					
800m F	18 h 55					

En hauteur et Longueur, possibilité de dédoubler les concours.

Ossature du jury :

Directeur de Compétition	P. Colleville (VRAC)
Directeur de Réunion	DD Kerveillant
Juge arbitre courses	J.M. Nicolas
Juge arbitre concours	P. Gougeon
Juge arbitre départs	A. Voiriot
Starters	O. Duval
Chrono électrique	G. Deletoille – S. Devaux
Chambre d'appel	MT. Pouchet – S. Fauveau
Secrétariat	V. Le Boucher
Animation	L. Vollard – M. Fauveau
Juges de marche	JC. Hurel

4^{ème} Journée des Pré-Régionaux en Salle
Mondeville – Samedi 7 Janvier 2017

ENGAGEMENTS :

Sur le site de la Ligue, avant le Jeudi 5 Janvier – 14h00 dernier délai.

JURYS :

A expédier à : jurys-lbna@googlegroups.com avant le Jeudi 5 – 14h00 avec N° licence.

(1 jury par tranche de 5 athlètes et ceci jusqu'à 20 athlètes)

HORAIRES :

Courses	Horaire	Longueur	Triple saut	Perche
	14 h 00		TCF	TCH
200m H	14 h 30			(1 ^{ère} barre 3.00)
200m F	15 h 00	CH		
60 haies ES H 1 ^{ère} course	15 h 45			
60 haies JH	15 h 55			
60 haies CH	16 h 05			
60 haies JES F	16 h 20			
60 haies CF	16 h 30			
60 haies ES H 2 ^{ème} course	17 h 00	JESVH		TCH
60 haies JH	17 h 10			(Concours B)
60 haies CH	17 h 20			
60 haies JES F	17 h 30			
60 haies CF	17 h 40			
400m H	18 h 00			
400m F	18 h 30			

En triple saut, possibilité de dédoubler les concours.

Ossature du jury :

Directeur de Compétition	
Directeur de Réunion	
Juge arbitre courses	AL. Esperet
Juge arbitre concours	
Juge arbitre départs	
Starters	
Chrono électrique	
Chambre d'appel	
Secrétariat	J. Prod'homme

Championnats de Normandie en Salle Cadets – Juniors – Espoirs – Seniors – Masters

Date : Samedi 14 et Dimanche 15 Janvier 2017

Lieu : Salle Jesse Owens à Val de Reuil

Horaires : ci - dessous

Participation :

- Tous les athlètes ayant réalisé les minima de la grille ci-dessous seront qualifiés, minima à réaliser durant la saison hivernale 2016 / 2017 et au plus tard le dimanche 8 Janvier. Il n'y a donc pas d'engagement à faire, la liste des qualifiés sera fournie par le bilan hivernal.
- Les demandes de qualifications exceptionnelles sont à adresser au Président de la CSO, sur l'imprimé ci-joint pour le Mercredi 11 Janvier 20h00. **Toute demande de QE ne passant pas par ce canal sera refusée.**
- La liste complète des athlètes qualifiés sera consultable sur le site de la Ligue à la rubrique « ENGAGÉS » à partir du Mardi 10 Janvier 12h00. En cas d'oubli ou d'erreur, contacter le Président de la CSO. **Il n'y a pas d'engagements sur place !**
- Ces championnats sont ouverts aux athlètes des catégories Cadets à Masters. Les minima des Masters sont identiques à ceux de la catégorie Juniors. Dans la mesure du possible il y aura une finale Masters sur 60m et sur 200m.

Compétition :

- Le jour des championnats, en arrivant à la salle, confirmer sa participation à la chambre d'appel pour toutes les épreuves (courses et concours) où l'athlète est qualifié et éventuellement désengager les absents.
- Sur 60m et 60 haies**, il y aura 2 tours possibles :
 - 1^{er} tour, séries de niveaux en fonction des temps du bilan, toutes catégories confondues.
 - 2^{ème} tour, séries de niveaux en fonction des temps du 1^{er} tour. **Obligation pour tous les athlètes de confirmer son engagement ou son forfait à la chambre d'appel une demi-heure maximum avant l'heure prévue pour le 2^{ème} tour.**
- **Sur 200m** :
 - Séries constituées en fonction des temps d'engagements. 2^{ème} course en fonction des temps des séries. Pour la constitution des courses, utilisation de l'exemple suivant : 60 athlètes engagés, 10 courses, classement des athlètes de 1 à 60 suivant les temps d'engagements ou des séries, les 4 meilleurs temps dans la série 1 dans les couloirs 6 – 5 – 4 – 3, les 4 suivants dans la série 2, etc. suivant le tableau ci-dessous :

Couloir	Série 1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
2	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
3	4	8	12	16	20	24	28	32	36	40
4	3	7	11	15	19	23	27	31	35	39
5	2	6	10	14	18	22	26	30	34	38
6	1	5	9	13	17	21	25	29	33	37

Grille des Minimas

Epreuves	CH	JH et Ma H	EH et SH	CF	JF	EF – SF et Ma F
60m	7,90	7,80	7,70	8,90	8,90	8,90
200m	25,60	25,30	24,80	29,50	29,20	29,00
400m	59,00	55,50	54,50	71,00	68,00	67,00
800m	2,12,00	2,09,00	2,07,00	2.45,00	2.45,00	2.40,00
1500m (*)		4.25.00	4.25.00		5.30.00	5.30.00
3000m			9.35.00			11.00.00
60 haies	10.24	10.14	10.14	11.24	11.04	11.04
Marche	31.00.00	30.00.00	30.00.00	22.00.00	22.00.00	21.00.00
Hauteur	1,60 m	1,65 m	1,75 m	1,35 m	1,35 m	1,40 m
Longueur	5,40 m	5,50 m	5,60 m	4,40 m	4,50 m	4,50 m
Perche	2,80 m	3,00 m	3,00 m	2,00 m	2,00 m	2,20 m
Triple saut	10,00 m	11,00 m	11,20 m	9,00 m	9,40 m	9,50 m
Poids	9,00 m	9,50 m	9,50 m	7,30 m	7,80 m	7,80 m

(*) - Comme aux Pré-France, le 1500m est ouvert sur inscription pour les catégories cadets, juniors et espoirs sur la base des minima de la catégorie seniors.

Titres décernés :

- Podium Elites
- Podium Cadets
- 1^{er} Junior
- 1^{er} Espoir
- 1^{er} Master

JURY : postes principaux désignés par la CSO :

- **Samedi 14 Janvier**

Directeur de compétition	D. Speybrouck
Directeur de réunion	DD Kerveillant
Délégué technique	P. Friteyre
Juge-arbitre courses	A. Bouilloux
Juge-arbitre concours	D. Lesoeur
Juge-arbitre des départs	JM. Nicolas
Starters	M. Louvet – O. Duval
Animation	M. Fauveau – L. Volland – A. Lelant
Chrono électrique	G. Deletoille – S. Devaux
Secrétariat	MT Pouchet – V. Le Boucher – C. Louvet
Chambre d'appel	JY Hurtevent – S. Fauveau
Contrôle Anti-doping	JL Laporte
Protocole	Pdt LNA

- **Dimanche 15 Janvier**

Directeur de compétition	D. Speybrouck
Directeur de réunion	DD Kerveillant
Délégué technique	P. Friteyre
Juge-arbitre courses	J.M. Nicolas
Juge-arbitre concours	A. Bouilloux
Juge-arbitre des départs	A. Voiriot
Starters	O. Duval
Animation	M. Fauveau – L. Volland – A. Lelant
Chrono électrique	G. Deletoille – J. Berque – JC. Bretteville
Secrétariat	MT Pouchet – V. Le Boucher
Chambre d'appel	JY Hurtevent – S. Fauveau
Juges de marche	JC. Hurel – F. Pesquet – S. Delacourt
Contrôle Anti-doping	JL Laporte
Protocole	Pdt LNA

Demandes de Qualifications Exceptionnelles

CLUB :

Demande la qualification exceptionnelle des athlètes suivants pour les Régionaux en salle des 14 et 15 Janvier 2017 à Val de Reuil :

Licence	NOM Prénom	Catégorie	Epreuve	Motif de la demande

Remarque : une demande de QE doit rester exceptionnelle. Toute demande pour une performance très proche du minima de qualification sera systématiquement refusée.

A expédier au Président de la CSO pour le **Mercredi 11 Janvier 20h00 dernier délai** :

Championnats de Normandie en Salle Cadets – Juniors – Espoirs – Seniors – Masters

- HORAIRE du Samedi 14 Janvier**

COURSES	Horaire	Hauteur	Longueur	Triple saut	Perche	Poids
60m Femmes 1 ^{er} tour	14 h 30	CF	JESMa F (*)			JH
60m Hommes 1 ^{er} tour	15 h 20				F 1 ^{ère} barre 1,60m	
60m Femmes 2 ^{ème} tour	16 h 30			JESV H		CH
	17 h 00				F 1 ^{ère} barre 2,60m	
60m Hommes 2 ^{ème} tour	17 h 15	JESMa F				
1500m Femmes	18 h 15		CF	CH		ESMa H
1500m Hommes	18 h 25					
400m Femmes	18 h 40					
400m Hommes	19 h 00					

(*) – En Longueur JESMa F, en fonction du nombre de concurrentes, 2 concours de niveaux simultanés, le 2^{ème} concours sur l'aire de Triple saut avant le concours de Triple JESV H.

- HORAIRE du Dimanche 15 Janvier**

COURSES	Horaire	Hauteur	Longueur	Triple saut	Perche	Poids
3000m Marche Femmes	10 h 30					
5000m Marche Hommes	11 h 00			JESMa F		
200 Femmes 1 ^{er} tour	11 h 45					
200 Hommes 1 ^{er} tour	12 h 30					CF
60 haies CF 1 ^{er} tour	13 h 30	CH	JESMa H (*)		H 1 ^{ère} barre 2,60m	
60 haies JESMa F 1 ^{er} tour	13 h 40	CH				
60 haies CH 1 ^{er} tour	13 h 50					
60 haies J H 1er tour	14 h 00					
60 haies ES H 1 ^{er} tour	14 h 05					
60 haies CF 2 ^{ème} tour	14 h 15					JESMa F
60 haies JESMa F 2 ^è tour	14 h 25					
60 haies CH 2 ^{ème} tour	14 h 35			CF		
60 haies JH 2 ^{ème} tour	14 h 45					
60 haies ES H 2 ^{ème} tour	14 h 50				H 1 ^{ère} barre 3,60m	
800m Femmes	15 h 05	JESMa H				
800m Hommes	15 h 25		CH			
200m Femmes Finales	16 h 00					
200m Hommes Finales	16 h 40					
3000m Femmes	17 h 30					
3000m Hommes	17 h 45					
Relais 4 x 200 m CH/CF	18 h 00					

(*1) – En Longueur JESMa Hommes, en fonction du nombre de concurrents, 2 concours de niveaux simultanés, le 2^{ème} concours sur l'aire de Triple saut.

CROSS-COUNTRY

Championnat de Normandie de Cross Court Dimanche 11 Décembre 2016 – Challenge Lavaud – ÉVREUX

Horaires :

- 15 h 00 : Cross Court Femmes – 3990 m
- 15 h 20 : Cross Court Hommes – 3990 m

Engagements :

Sur le site de la Ligue de Haute Normandie d'Athlétisme avant le **Mercredi 7 Décembre – 22 h 00.**

Le cross court est réservé aux athlètes Espoirs, Seniors ou Masters.

La CSO a décidé de ne pas utiliser de puces pour ce cross court. La distribution des dossards se fera donc par enveloppe par club.

Jury :

- Juge-arbitre : D. Lesoeur (EAC)
- Starters : V. Zimniewski (EAC) – M. Louvet (CSG)
- Chronométrateurs : JC. Hurel (SPNV) – R. Lambert (EAL)
- Secrétariat : M. Bernard (EAC) – S. Quintin (EAC)

Qualifications aux ½ finales des Championnats de France :

- En Femmes : 14 équipes et 49 individuelles.
- En Hommes : 15 équipes et 44 individuels.

Tous renseignements supplémentaires sur le site de l'Evreux AC.

Championnats de Normandie de Cross Dimanche 22 Janvier 2017 – Parc de la Fresnaye – FALAISE

QUALIFICATIONS :

Tous les athlètes classés lors des championnats départementaux des 7 et 8 Janvier sont qualifiés pour ces régionaux sauf en catégorie Masters Hommes où 70% des classés sont qualifiés (Cf réunion des CSO restreintes du 25 Mars).

La participation aux départementaux est obligatoire pour se qualifier aux régionaux.

Toutefois des qualifications exceptionnelles pourront être accordées dans certains cas. Les demandes de qualifications exceptionnelles devront être déposées le jour des départementaux auprès de la personne de chaque CD désignée à cet effet (Pdt de CSO ou autre) et accompagnées d'un chèque de caution de 30€ (uniquement à partir de la catégorie cadet), caution remboursable si l'athlète se qualifie ensuite pour les ½ finales. Ces demandes seront examinées par la CSO future.

ENGAGEMENTS :

Le même système d'engagements que pour les ½ finales sera mis en place : La liste complète des qualifiés suite aux départementaux, sera mise en ligne sur le site de la ligue le mercredi 11 Janvier.

Les clubs auront jusqu'au **Lundi 16 Janvier à 14h00** pour confirmer la participation de leurs athlètes.

Dans tous les cas il est impératif que les clubs confirment la participation des athlètes. Par défaut les athlètes ne seront pas retenus lors de la constitution du fichier, n'auront donc pas de dossards et ne pourront participer.

Si vous savez que des athlètes ne seront pas présents, merci de les laisser en statut "Non confirmés" : cela évitera de préparer des dossards inutiles.

D'autre part, par décision de la CSO, tout dossard non retiré (à partir de la catégorie Cadet) sera facturé aux clubs 10 €.

Qualifications aux 1/2 finales des Championnats de France :

Toutes les infos concernant les 1/2 finales de Mortagne au Perche au livret interrégional ou sur le site de l'APPAM 61.

Quota de qualifiés pour la Normandie:

	CF	JF	CCF	Elite F	CH	JH	CCH	Elite H	Masters H
Equipes	9	8	14	14	12	12	15	17	16
Individuels	55	44	49	70	59	53	44	49	59

Toutes infos supplémentaires sur le site de l'ES Falaise: esf-athl.fr.st

Course "Open"

Dans le cadre de ces Championnats de Normandie de cross-country, la ligue propose une course "open" mixte. Cette épreuve est réservée aux athlètes espoirs, seniors et masters.

La participation est ouverte aux athlètes licenciés 2017 uniquement, licences athlé compétitions, athlé running ou athlé santé. Pour ces derniers, obligation de fournir un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la compétition hors stade en compétition pour pouvoir retirer son dossard.

Inscriptions sur le site de la ligue pour **le Lundi 16 Janvier, 14h00**, dernier délai.

Horaire : 10 h 30 sur 6130 m

Plan des Régionaux de Cross – FALAISE 2017

Les boucles

Composition des boucles							Distance	Dénivelé
Zone Départ	ZD=90	AB=10 0	BC=50	CD=23 0			470 m	-5 m
Petite Boucle DEBCD	DE=56 0	EB=10 0	BC=50	CD=23 0			940 m	+8 m -8 m
Moyenne Boucle DEFABCD	DE=56 0	EF=29 0	FA=90	AB=10 0	BC=50	CD=23 0	1320 m	+12 m -12 m
Grande Boucle DEFGCD	DE=56 0	EF=29 0	FG=78 0	GC=52 0	CD=23 0		2380 m	+20 m -20 m
Zone Arrivée	ZA=80						80 m	0m

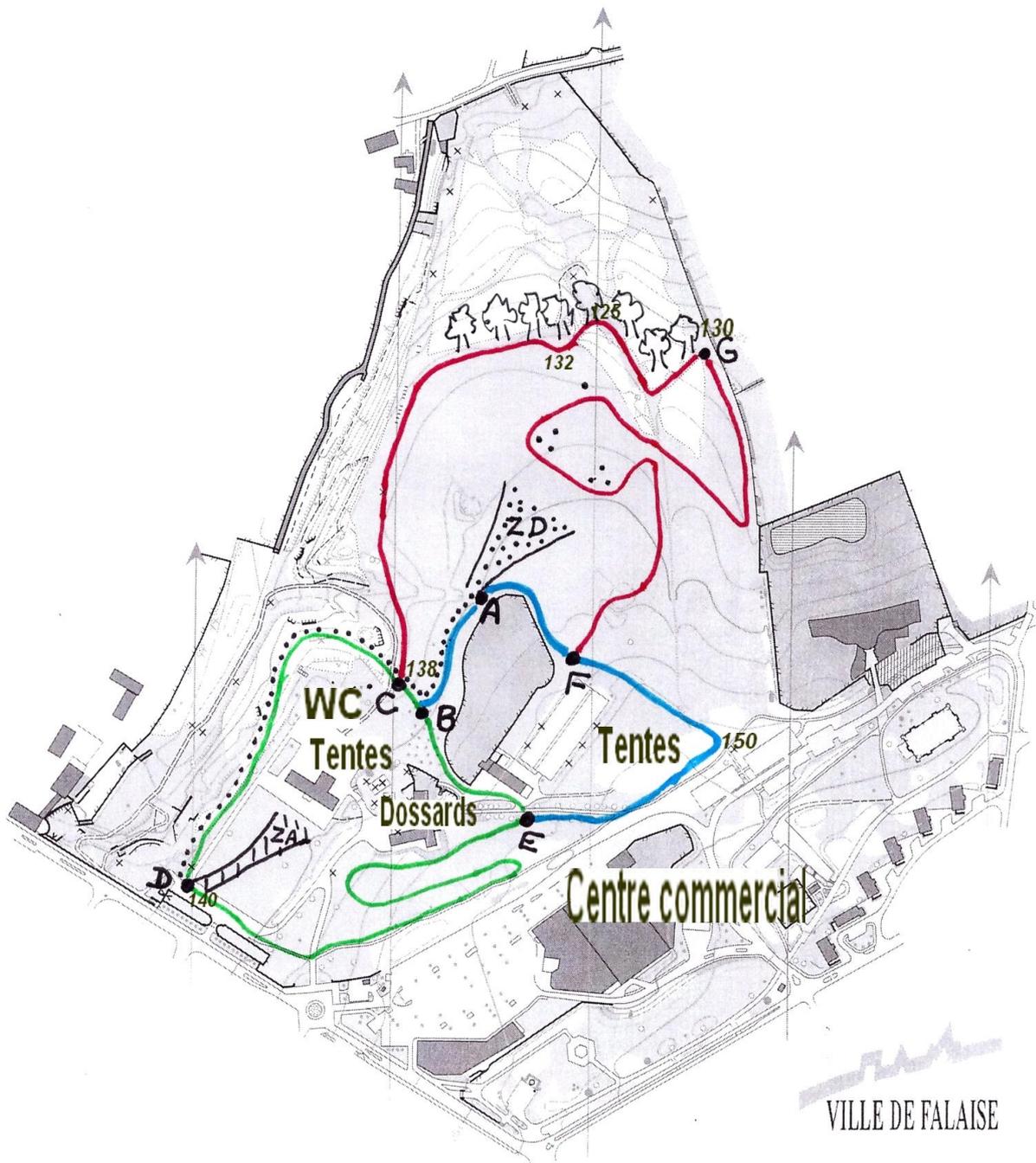
Les distances // Les parcours

Distance des boucles	470m	940m	1320m	2380m	80m	Total
----------------------	------	------	-------	-------	-----	-------

Course	Horaire	Catégorie	Zone Départ	Petite Boucle	Moy. Boucle	Grande Boucle	Zone Arrivée	Distance Parcours
1	10h30	Open	1	2	1	1	1	6130 m
2	11h15	MaM	1	1	2	2	1	8890 m
3	12h10	BeF	1	2			1	2430 m
4	12h30	BeM	1	1	1		1	2810 m
5	12h55	MiF	1	1	1		1	2810 m
6	13h20	MiM	1		2		1	3190 m
7	13h45	CaF	1	2	1		1	3750 m
8	14h15	CaM / JuF	1	2	2		1	5070 m
9	14h50	JuM	1	1	3		1	5450 m
10	15h20	Elites F	1	1	2	1	1	6510 m
11	16h05	Elites M	1	1	2	2	1	8890 m

Falaise - Parc de la Fresnaye

Echelle 1/4000 - Equidistance 2,5m



▲ Profil grande boucle Falaise



DEMANDE DE QUALIFICATION EXCEPTIONNELLE

Pour les Régionaux de Cross

Demande de qualification exceptionnelle pour les Régionaux de Cross de Normandie du 22 Janvier à FALAISE :

N° Licence	
NOM - Prénom	
Catégorie	
Club	
Course	
Motif de la demande	

Le demandeur :

A déposer auprès du Président de la CSO Départementale ou son représentant avant 17h30 le jour des Départementaux, demande accompagnée d'un chèque de caution de 30 € (1 chèque par demande), caution remboursée si l'athlète se qualifie aux ½ finales des Championnats de France. Cette caution ne vaut pas pour les Benjamins ou Minimes.

LANCERS LONGS

Calendrier :

Dimanche 13 Novembre au Havre – CD 76

Samedi 3 Décembre à Aunay sur Odon – CD 14

Dimanche 4 Décembre à Gaillon – CD 27

Samedi 21 Janvier à L'Aigle – CD 61

Samedi 28 Janvier à Saint Lo – CD 50

Championnat Régional le Samedi 4 Février 2017 à Aunay sur Odon

Les horaires des 5 meetings départementaux sont consultables sur les sites des Comités. Ces meetings sont bien sûr ouverts à tous les athlètes de la ligue (et hors ligue).

Championnat de Normandie de Lancers Longs

Samedi 4 Février 2017 – Stade Roger Basset – Rue de la Faucterie – Aunay sur Odon

Horaires:

13 H 00	Marteau B/M – H et F	Javelot B/M – H et F	
14 H 00	Javelot CJES Hommes	Javelot CJES Femmes	
15 H 00	Marteau CJES Hommes	Marteau CJES Femmes	
16 H 00	Disque CJES Hommes	Disque CJES Femmes	Disque B/M – H et F

Engagements : sur le site de la Ligue pour le 1^{er} Février.

Jury: Directeur de Compétition: Roger Basset

Juge arbitre: CD 14

Pensez à prévoir vos juges (1 officiel par tranche de 4 athlètes) et engins personnels.