



Livret Départemental

(Jeunes et Adultes)

**Saison hivernale
2019/2020**



CALENDRIER DÉPARTEMENTAL 76

Mois d'Octobre 2019

Date	Compétition	Lieu	Page	Mode d'Engagement
Mercredi 1 Octobre	COB Night Fever Soirée 1/2 fond + Marche + Saut Horizontal	Eu (Stade Henri Franchet)	Page :	Engagements à faire parvenir à : patmalandain@aol.com
Mardi 22 Octobre	COB Night Fever Soirée sprint + Saut en Hauteur	Eu (Stade Henri Franchet)	Page :	Engagements à faire parvenir à : patmalandain@aol.com

Mois de Novembre 2019

Date	Compétition	Lieu	Page	Mode d'Engagement
Vendredi 01 Novembre	Cross de LFA	Colleville	Page : 8	Engagements à faire parvenir à : gduval10@gmail.com jusqu'au mardi 29 octobre.
Vendredi 8 Novembre	Soirée 276 de Sprint (60m-60m haies-200m) + Sauts Verticaux	Val-de-Reuil (Salle Jesse Owens)	Page : 9	Engagements des jurys et athlètes sont à faire sur le site du CDA27 pour le jeudi 7 novembre avant minuit.
Mardi 12 Novembre	COB Night Fever Soirée 1/2 fond + Lancers	Eu (Stade Henri Franchet)	Page : 10	Engagements à faire parvenir à : patmalandain@aol.com
Dimanche 17 Novembre	Chats de Seine-Maritime d'Épreuves Combinées Minimales	Val-de-Reuil (Salle Jesse Owens)	Page : 11	Engagements des jurys et athlètes sont à faire sur le site du CDA76 pour le jeudi 14 avant minuit
Vendredi 22 Novembre	Soirée 276 de 1/2 fond (3000 et 5000m marche-800-1500-3000m) + Sauts Horizontal + Poids	Val-de-Reuil (Salle Jesse Owens)	Page : 12	Engagements des jurys et athlètes sont à faire sur le site du CDA27 pour le jeudi 21 novembre avant minuit.
Dimanche 24 Novembre	Chats de Seine-Maritime d'Épreuves Combinées Benjamins + Épreuves Ouvertes Minimales	Val-de-Reuil (Salle Jesse Owens)	Page : 13 et 14	Engagements des jurys et athlètes sont à faire sur le site du CDA76 pour le jeudi 21 avant minuit.
Samedi 30 Novembre	Chats de Seine-Maritime de Lancers longs (Benjamins à Masters)	Yvetot (CSA) (Stade Stéphane Diagana)	Page : 15	Engagements des jurys et athlètes sont à faire sur le site du CDA76 pour le jeudi 28 avant minuit

Mois de décembre 2019

Date	Compétition	Lieu	Page	Mode d'Engagement
Vendredi 6 Décembre	Soirée 276 de Sprint (60m haies-400m-200m) + Sauts Verticaux	Val-de-Reuil (Salle Jesse Owens)	Page : 16	Engagements des jurys et athlètes sont à faire sur le site du CDA27 pour jeudi 5 décembre avant minuit.
Dimanche 8 Décembre	Cross de Bolbec	Bolbec (Stade Thomas Tetlow)	Page : 17 et 18	Les engagements sont à envoyer à : sylvain.boutel@gabsite.fr pour le jeudi 5 décembre avant minuit.
Samedi 14 Décembre	Meeting du HAC (Longueur-Poids-Hauteur) Salle A.Mimoun (Benjamins – Minimes)	Le HAVRE	Page : 19	Les engagements sont à envoyer à : pour le jeudi 12 décembre avant minuit.
Mercredi 18 Décembre	Meeting de Perche de l'ASPTTR (Benjamins à Masters)	Rouen (Salle St Exupéry)	Page : 20	Les engagements sont à envoyer à : info-aspttrouenathle@orange.fr pour le lundi 16 décembre avant minuit.
Vendredi 20 Décembre	Soirée 276 de 1/2 Fond (3000m et 5000m marche TCF - TCH. 800m – 1500m – 3000m TCF/H. + Sauts Horizontaux + Poids	Val-de-Reuil (Salle Jesse Owens)	Page : 21	Engagements des jurys et athlètes sont à faire sur le site du CDA27 pour le jeudi 19 décembre avant minuit.
Samedi 21 Décembre	Épreuves ouvertes 276 Benjamins	Val-de-Reuil (Salle Jesse Owens)	Page : 22	Engagements des jurys et athlètes sont à faire sur le site du CDA27 pour le jeudi 19 décembre avant minuit
Dimanche 22 Décembre	Épreuves ouvertes 276 Minimes	Val-de-Reuil (Salle Jesse Owens)	Page : 23	Engagements des jurys et athlètes sont à faire sur le site du CDA27 pour le jeudi 19 décembre avant minuit

Mois de Janvier 2020

Date	Compétition	Lieu	Page	Mode d'Engagement
Dimanche 12 Janvier	Ch ^{ats} de Seine-Maritime de Cross-Country	Eu (Stade Henri Franchet)	Page : 24 à 29	Engagements des athlètes sont à faire sur le site du CDA76 avant le jeudi 9 janvier avant minuit.
Samedi 18 Janvier	Meeting de Perche de l'ASPTTR (Cadets à Masters)	Rouen (Salle St Exupéry)	Page : 30	Les engagements sont à envoyer à : info-aspttrouenathle@orange.fr pour le jeudi 16 janvier avant minuit.
Dimanche 19 Janvier	Ch ^{ats} de Seine-Maritime individuels Benjamins / Minimes	Val-de-Reuil (Salle Jesse Owens)	Page : 31 et 32	Engagements des jurys et athlètes sont à faire sur le site du CDA76 pour le jeudi 16 avant minuit
Dimanche 26 Janvier	Cross de l'Épinay	Forges-les-Eaux	Page : 33	Les engagements sont à envoyer à : andelar8@aol.com

Mois de Février 2020

Date	Compétition	Lieu	Page	Mode d'Engagement
Dimanche 7 Février	Ch ^{ats} de Normandie de cross	Evreux (27)	Voir le livret de la CSO régionale	
Dimanche 17 Février	Inter-comité de cross	Carnac (56)	Page : 34	Sur sélection par la CDJ76 (Voir le mode de sélection en page 30 de ce livret)

Mois de Mars 2020

Date	Compétition	Lieu	Page	Mode d'Engagement
Mardi 3 Mars	COB Night Fever Soirée sprint + Saut en Hauteur + Poids + Marteau + disque	Eu (Stade Henri Franchet)	Page : 32	Engagements à faire parvenir à : patmalandain@aol.com
Dimanche 8 Mars	Match Inter comité Benjamins / Minimes	Mondeville	Page : 34	Sur sélection par la CDJ76 (Voir le mode de sélection en page 32 de ce livret)
Mardi 17 Mars	COB Night Fever Soirée 1/2 fond + Sauts horizontaux + Javelot	Eu (Stade Henri Franchet)	Page : 33	Engagements à faire parvenir à : patmalandain@aol.com

Divers

Page : 2 à 4	Calendrier Départemental.
Page : 5	Calendrier EA / Poussins par secteur.
Page : 6	Préambule.
Page : 7	Participation des athlètes Hors ligues aux compétitions Départementales.
Page : 34	Hauteurs de barres pour l'ensemble des compétitions départementales Benjamins / Minimes.
Page : 35	Modes de sélections de matchs Inter-Comités.
Page : 36	Mémo Technique : Hauteurs des haies en salle et Poids des engins.
Page : 37	Challenge Jeunes 76.
Page : 38 et 39	Challenge Clubs 76.
Page : 40 à 42	Challenge cross.
Page : 43	Info stage.

Calendrier des Animations Hivernales

EA / Poussins par secteur.

Dates	Organisations	Lieux
5 octobre 2019	Kids Cross	Le Tréport
12 octobre 2019	kids athlé	Sotteville
9 novembre 2019	Kids Cross	Eu (<i>Parc du château</i>)
23 novembre 2019	Kids Athlé / Triathlon Poussins	Le Havre (<i>ASCH</i>)
30 novembre	kids cross	Franqueville
7 décembre 2019	Kids Cross	Fécamp (<i>LFA</i>)
14 décembre 2019	kids athlé	St Aubin et Maromme
13 Janvier 2020	Kids Cross	Rouen (<i>stade La Petite Bouverie</i>)
18 Janvier 2020	Kids Athlé / Triathlon Poussins	Le Havre (<i>ASCH</i>)
18 Janvier 2020	kids cross	Saint Aubin
25 Janvier 2020	Kids Athlé / Triathlon Poussins	Forges les Eaux
1 ^{er} février 2020	Kids Cross	Gonfreville l'Orcher (<i>ESMGO</i>)
1 ^{er} février 2020	Kids Cross	Rouen (<i>stade La Petite Bouverie</i>)
1 ^{er} février 2020	kids athlé / Triathlon Poussins	Franqueville et Mt St Aignan
15 février 2020	Kids Athlé / Triathlon Poussins	Barentin
14 mars 2020	kids cross	Le Trait
14 mars 2020	Kids Cross	Le Tréport (<i>zone humide</i>)
14 mars 2020	Kids Athlé / Triathlon Poussins	Bolbec (<i>GABS</i>)
14 mars 2020	Kids Athlé	Rouen (<i>stade La Petite Bouverie</i>)
21 mars 2020	Kids Athlé / Triathlon Poussins	Yvetot

PRÉAMBULE

Conduite à tenir dans la salle Jesse Owens de Val-de-Reuil

Pour diffusion la plus largement possible et affichage dans vos clubs.

A. Un certain nombre de compétitions vont se dérouler dans le stade couvert Jesse Owens de Val-de-Reuil. 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.
- Il est interdit d'accéder aux gradins, vestiaires avec les chaussures à pointes.
- Il est impératif d'utiliser les poubelles prévues à cet effet pour y jeter les détritrus.
- 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.
- Les entraîneurs (munis d'un badge) sont priés de respecter « les zones coachs » prévus à cet effet.

Pendant les compétitions, un agent municipal est chargé des tâches relatives à l'accueil, la surveillance, l'entretien et la maintenance des installations. Il est demandé à chacun le plus grand respect des lieux et des personnes.

Au cas de non-respect des consignes une sanction pourra être donnée à l'athlète.

B. *Les inscriptions pour les jurys sont à faire sur le site du CDA avant les dates imposées pour chaque compétition. Un pointage par club sera réalisé par le directeur de réunion en amont de chaque compétition. Si un club ne respecte pas le quota imposé, les athlètes de ce dit club ne pourront participer.*

Les engagements devront être réalisés par les secrétariats des clubs. Merci de faire attention au poids des engins, hauteur des haies, au nombre limité d'épreuves, etc... !

Aucune inscription ne sera possible sur place !

La CDJ 76

Participation des athlètes hors ligue aux compétitions départementales au stade couvert Jesse Owens de Val-de-Reuil

Les athlètes non licenciés en Ligue de Normandie peuvent participer à toutes les compétitions en salle organisées par les comités départementaux 27 et 76 au stade couvert Jesse Owens à VAL DE REUIL figurant dans ce livret 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 en fin de saison hivernale.
- Les engagements seront à faire sur le site concerné par la compétition avant la date et heure mentionnée dans le règlement de chaque compétition.
- Les règles concernant le quota de jury et le respect des locaux sont aussi applicables aux clubs hors ligue.
- Aucun engagement ne pourra être fait sur place.

4EME CROSS SOUVENIR REMY FLEURY



VENDREDI 1ER NOVEMBRE 2019
À PARTIR DE 12H00

Stade Municipal de Colleville
Route de Gredolle 76400 Colleville



VENEZ NOMBREUX...

Dernière mise à jour : le 31/10/2019

ÉVÈNEMENT FFA

ORGANISÉ PAR



Inscription

20 € par Club

5 € individuel N.L.

Par mail :

gduval10@gmail.com

SPONSORS



COLLEVILLE
Seine-Maritime



Soirée 276
INDOOR
Sprint / Haies + Sauts Verticaux
Vendredi 08 Novembre 2019



Salle Jesse Owens à Val-de-Reuil

18h15	Constitution des jurys. Confirmations des engagements (jusqu'à 45 minutes avant le début des épreuves)			
	19h15 Réunion de jury			
	Courses	Hauteur		Perche
		Sautoir 1	Sautoir 2	
18h45				TC F / H Première barre 1.80m
19h30	400m TCH 60m TC F.	TC F. < à 1.40m	TC F. > à 1.40m	
20h00	400M TCF 60m TC H.			
20h30	60m haies Cadettes			
20h40	60m haies Jun. Esp. Sen et Ma F.			
20h50	60m haies Cadets			
21h00	60 haies Juniors H. et Ma H.	TC H. < à 1.70m	TC H. > à 1.70m	
21h10	60m haies Esp. et Sen H.			
21h20	60m TC F.			
21h50	60 m TC H.			
22h20	200m TC F.			
22h50	200m TC H.			

Implantation des concours hauteur dans la salle.

- Sautoir n°1 = Proximité de la ligne d'arrivée des 60m.
- Sautoir n°2 = Derrière l'aire de poids.

Règlement de la compétition

Les engagements des athlètes et des jurys seront à faire sur le site du CDA27 jusqu'au **jeudi 07 novembre 2019 avant minuit.**

Les courses seront constituées par niveau. Il faudra donc indiquer lors des engagements en ligne un temps de référence. Attention : Sans temps d'engagement les athlètes participeront dans les séries les plus faibles.

En hauteur il faudra indiquer la première barre de participation afin de constituer des groupes homogènes.

Les montées de barres seront décidées par le juge arbitre et seront affichées en chambre d'appel.

Les athlètes devront confirmer leur participation à la chambre d'appel 45' avant le début de l'épreuve.

Quota de jury : 1 à 4 athlètes = 1 jury – 5 à 10 athlètes = 2 jurys – 11 à 20 athlètes = 3 jurys – 21 à 30 athlètes = 4 jurys - + de 30 athlètes = 5 jurys.

Le 400m est réservé aux juniors et +.



Inscriptions : patmalandain@aol.com

Dès votre arrivée : Confirmez-vous ou inscrivez-vous sur la ligne de départ de votre course ou le lieu de votre concours.			
Mardi 12 Nov 2019 SOIRÉE D'ATHLÉTISME DU COB (Chrono et Anémo électrique.) à EU (76) Stade Henri Franchet - 3km du TRÉPORT -			
		Poids en salle	
Appel et inscription des concurrents 10 mn avant le départ sur la ligne de départ		TC F-H	
2000 marche	18h40		
1000m Ben F - Ben G	18h45		
1000m Min G- MinF	18h55		
1500m TCF- TCH	19h05		
3000M TCF- TCH	19h20		
Si pas assez de jury certaines épreuves peuvent être annulées			

Horaires :

- **9h30** Confirmation des engagements
- **10h00** Réunion du jury

	Horaires	MG Groupe 1	MG Groupe 2	MG Groupe 3	MF Groupe 1	MF Groupe 2	MG Groupe 3
50 m Haies MG	10h30				Poids		
	11h00	Hauteur 1	Hauteur 2	Hauteur 3		Poids	
	11h30						Poids
50 m Haies MF	12h00						
	12h30				Longueur 1	Longueur 2	Longueur 3
	13h30	Poids					
	14h00		Poids				
	14h30			Poids	Hauteur 1	Hauteur 2	Hauteur 3
	15h00						
	15h30	Longueur 1	Longueur 2	Longueur 3			
1000m MF	16h30						
1000m MG	17h00						

- ❖ **En dehors de l'heure prévue pour les premières épreuves, l'horaire sera adapté en fonction du nombre de participants et en fonction de l'avancement des épreuves par le juge arbitre.**
- ❖ **Les engagements pour les athlètes et les jurys sont à effectuer sur le site du CDA 76 pour le jeudi 14 novembre avant minuit. Passé ce délai, les inscriptions seront automatiquement closes !**

Rappel du quota d'officiel à présenter en fonction du nombre d'athlètes engagés (inscription à faire sur le site du comité) : 1 pour 4, 2 pour 5 à 10, 3 pour 11 à 15, 4 pour 16 à 20, 5 pour 20 à 25 et 6 pour plus de 25.

Règlement :

L'athlète doit participer à l'ensemble des épreuves pour être classé !
Montée de barre de 3 en 3 pour la hauteur / 3 essais en longueur et au poids

Hauteur 1 : côté poids / Hauteur 2 : côté arrivée / Hauteur 3 : perche
Longueur 1 : côté arrivée 200m / Longueur 2 : côté arrivée 50m / Longueur 3 : côté perche
Poids : salle principale

N.B. : Lors de l'inscription, merci d'indiquer la première barre de vos athlètes (mise en place de 3 groupes de niveau) – montées de barre communiquées en fonction des minimas aux régionaux.



Soirée 276
INDOOR
Demi-Fond / Marche
+ Sauts Horizontaux + Poids
Vendredi 22 Novembre 2019



Salle Jesse Owens à Val-de-Reuil

18h30	Constitution des jurys. Confirmations des engagements (jusqu'à 45 minutes avant le début des épreuves)						
19h15	Réunion de jury						
	Courses	Longueur			Triple-saut		Poids
		N°1	N°2	N°4	N°3	N°2	
19h30	3000m marche TC F.	E.S.Ma H.	C.J. H.	Cadettes			TC F.
20h00	5000m marche TC H.						
20h40	800m TC H.						
21h00	800m TC F.			J.E.S Ma F.	TC H.	TC F.	TC H.
21h20	1500m TC H.						
21h40	1500m TC F.						
21h50	3000m TC H.						
22h10	3000m TC F.						

Implantation des concours de longueur et triple-saut dans la salle.

Longueur 1 : Proximité ligne d'arrivée du 60m.
Longueur 2 : Proximité ligne des départs de l'anneau.
Longueur 3 : Proximité côté sautoir de perche.
Triple-saut 2 : Proximité ligne des départs de l'anneau.
Triple-saut 3 : Proximité côté sautoir de perche.

Règlement de la compétition

Les engagements des athlètes et des jurys sont à faire sur le site du CDA27 jusqu'au **jeudi 21 novembre avant minuit.**

Les courses seront constituées par niveau. Il faudra donc indiquer lors des engagements en ligne un temps de référence. Attention : Sans temps d'engagement les athlètes participeront dans les séries les plus faibles.

Le nombre d'essai en longueur et triple-saut sera décidé par le juge arbitre en fonction du nombre d'engagés dans les concours.

Suivant le nombre de participants, les épreuves pourront être regroupées sur décision du juge arbitre.

Les athlètes devront confirmer leur participation à la chambre d'appel 45' avant le début de l'épreuve.

Le 800m est réservé aux juniors et +.

Quota de jury: 1 à 4 athlètes = 1 Jury - 5 à 10 athlètes = 2 Jurys - 11 à 20 athlètes = 3 Jurys - 21 à 30 = 4 Jurys - + de 30 = 5 Jurys

Dernière mise à jour : le 31/10/2019



**Chats de Seine-Maritime
d'Épreuves Combinées Benjamins(es)**

Indoor

+

**Épreuves Ouvertes Minimes
Dimanche 24 novembre 2019**

Salle Jesse Owens à Val-de-Reuil



Horaires	Épreuves Combinées Benjamins(es)		Épreuves Ouvertes Minimes					
9h00	Constitution des jurys et confirmation des engagements (Jusqu'à 45' avant de début des épreuves)							
9h15	Réunion de jurys							
	BF (4 Groupes)	BG (4 Groupes)	50m	Marche	Perche	Poids	Triple Saut (4 Groupes)	Hauteur (3 Groupes)
10h00	Hauteur 1 et 2 Poids 3 et 4	Longueur 1 à 4	MF		MG			
10h30								
11h00			MG					
11h30	Hauteur 3 et 4 Poids 1 et 2						MG 1 à 4	
12h00		50m haies (0,65)			MF			
12h30								
13h00		Poids 1 et 2						MF 1 à 3
13h30	50 m haies (0,65)						MF 1 à 4	
13h45		Poids 3 et 4						
14h00				3000m MF/MG				
14h30	1000m					MF		MG 1 à 3
15h00								
15h30	PODIUMS	1000m				MG		
16h00								
16h30								
17h00		PODIUMS						

Ces horaires ne sont donnés à titre indicatif et peuvent être modifiés en fonction du nombre d'engagés et de confirmés.

Ossature de base jurys

Directeur de la Compétition	BRETTEVILLE Chloé (CDA76)
Directeur de la réunion	
Juge Arbitre général	
Juges Arbitres courses	
Juges Arbitres des concours	
Secrétariat	LOUVET Corinne -
Chambre d'appel	BORDET Nicolas (CDA76)
Animation	
Starters	LOUVET Marc -
Chrono électrique	DELETOILE Guillaume - BRETTEVILLE Jean-Claude - BOUTEL Sylvain -
Chronométrateurs manuels	BEGIN Maxence
Juges Marche	

Règlement Général de la réunion

Les résultats de cette compétition seront pris en compte pour la participation aux championnats régionaux individuel.

Les engagements pour cette compétition des athlètes et des jurys se feront en ligne sur le site du CDA76 dans la rubrique « engagement » jusqu'au **jeudi 21 novembre avant minuit**.

Pour les groupes de hauteur des épreuves combinées (BF) : merci d'indiquer la première barre de votre athlète afin de constituer des groupes homogènes (gain de temps en amont et sur les concours) - Groupe 1 à 4 : premières barres les plus hautes vers les plus basses.

Les groupes d'épreuves combinées resteront les mêmes tout au long de la journée.

Implantation des concours dans la salle.

Hauteur 1 et 2 dans la salle principale. Hauteur 3 dans la salle d'échauffement

Longueur 1 et Triple-saut 1 coté ligne d'arrivée du 60m.

Longueur 2 et Triple-saut 2 coté ligne des départs de l'anneau.

Longueur 3 et Triple-saut 3 dans la salle d'échauffement.

Longueur 4 et Triple-saut 4 coté sautoir de perche.

Poids 1 dans la salle principale. Poids 2 dans la salle d'échauffement.

Règlement des Épreuves Combinées

Les horaires ne sont donnés qu'à titre indicatif. En dehors de l'heure prévue pour la première épreuve suivant le règlement des épreuves combinées est appliqué.

Les athlètes devront confirmer leur participation à la chambre d'appel pour le Pentathlon. (Non pas par épreuve)

Tous athlètes ne participant pas une ou plusieurs épreuves sera non classé.

3 essais par athlète en longueur et poids.

Les groupes seront constitués en fonction du niveau des athlètes.

Les séries des 1000m seront constituées en fonction du classement à l'issue de l'avant dernière épreuve.

Hauteur : Nombre d'essai: illimité et 3 tentatives par barre.

Montées de barres de 3 cm en 3cm : Suivant le règlement des épreuves combinées.

Règlement des Épreuves Ouvertes Minimes

Les athlètes devront confirmer leur participation à la chambre d'appel 45' avant le début de l'épreuve.

(Il appartient aussi aux entraîneurs de contrôler l'engagement de leurs athlètes).

Le nombre d'essai pour le triple-saut sera défini en fonction du nombre d'engagés et sur décision du juge-arbitre.

Pour tous les concours: Les catégories seront scindées en fonction du nombre de participant:

Les groupes seront constitués en fonction du niveau des athlètes.

Perche : Nombre d'essai: illimité et 3 tentatives par barre.

Montées de barres : Voir le tableau des montées de barres page 31.

Pour les groupes de hauteur : merci d'indiquer la première barre de votre athlète afin de constituer des groupes homogènes (gain de temps en amont et sur les concours) - Groupe 1 à 3 : premières barres les plus hautes vers les plus basses.

Quota de jury: 1 à 4 athlètes = 1 Jury - 5 à 10 athlètes = 2 Jurys - 11 à 20 athlètes = 3 Jurys - 21 à 30 = 4 Jurys - + de 30 = 5 Jurys



Chats de Seine-Maritime de Lancers Longs

Le samedi 30 Novembre 2019

Yvetot (CSA)
Stade Stéphane DIAGANA



Horaires	Terrain d'Honneur			Terrain Annexe
13h00	Constitution de jury et début de confirmation des athlètes.			
	Javelot 1	Javelot 2	Disque	Marteau
14h00	BF + BG	MF + MG	TCF + MF	TCH + MG
15h00	TC F (suivant le sens du vent)		TCH + MG	BG + BF
16h00	TCH (suivant le sens du vent)		BF + BG	TCF + MF

Ossature de base des jurys

Directeur de la Compétition	Olivier Duval
Directeur de la Réunion	Marc Louvet
Juge Arbitre	
Secrétariat	Corinne Louvet
Chambre d'appel	
Animation	

Règlement de la compétition

Javelot 1 = Proche de l'aire de hauteur - Javelot 2 = Proche départ du 100m

- Les engagements des athlètes et des jurys sont à faire sur le site du CDA76 dans la rubrique « engagement » pour le **jeudi 28 novembre avant minuit**.
- Les athlètes devront confirmer leur participation à la chambre d'appel 45' avant le début de l'épreuve.
- Le nombre d'essais sera déterminé par le juge arbitre le jour J en fonction du nombre de participant.
- Pour les Benjamins et Minimes le nombre d'essai sera de 4.
- **Quota de jury:** 1 à 4 athlètes = 1 Jury - 5 à 10 athlètes = 2 Jurys - 11 à 20 athlètes = 3 Jurys - 21 à 30 = 4 Jurys - + de 30 = 5 Jurys



Soirée 276

INDOOR

Sprint / Haies + Sauts Verticaux



Vendredi 6 Décembre 2019

Salle Jesse Owens à Val-de-Reuil

18h30	Constitution des jurys. Confirmations des engagements (jusqu'à 45 minutes avant le début des épreuves)			
	19h15 Réunion de jury			
	Courses	Hauteur		Perche
		Sautoir 1	Sautoir 2	
18h45				TC F/H Première barre 1m80.
19h30	60m haies Cadettes	TC F. < à 1.40m	TC F. > à 1.40m	
19h45	60m haies Jun. Esp. Sen et Ma F.			
19h55	60m haies Cadets			
20h10	60 haies Juniors H. et Ma H.			
20h20	60m haies Esp. et Sen H.			
20h30	400m TC F.			TC F/H Première barre 3m40
20h50	400m TC H.	TC H. < à 1.70m	TC H. > à 1.70m	
21h20	200m TC F.			
21h50	200m TC H.			

Implantation des concours hauteur dans la salle.

- Sautoir n°1 = Proximité de la ligne d'arrivée des 60m.
- Sautoir n°2 = Derrière l'aire de poids.

Règlement de la compétition

Les engagements des athlètes et des jurys seront à faire sur le site du CDA27 **jusqu'au 5 décembre avant minuit.**

Les courses seront constituées par niveau. Il faudra donc indiquer lors des engagements en ligne un temps de référence. Attention : Sans temps d'engagement les athlètes participeront dans les séries les plus faibles.

En hauteur il faudra indiquer la première barre de participation afin de constituer des groupes homogènes.

Les montées de barres seront décidées par le juge arbitre et seront affichées en chambre d'appel.

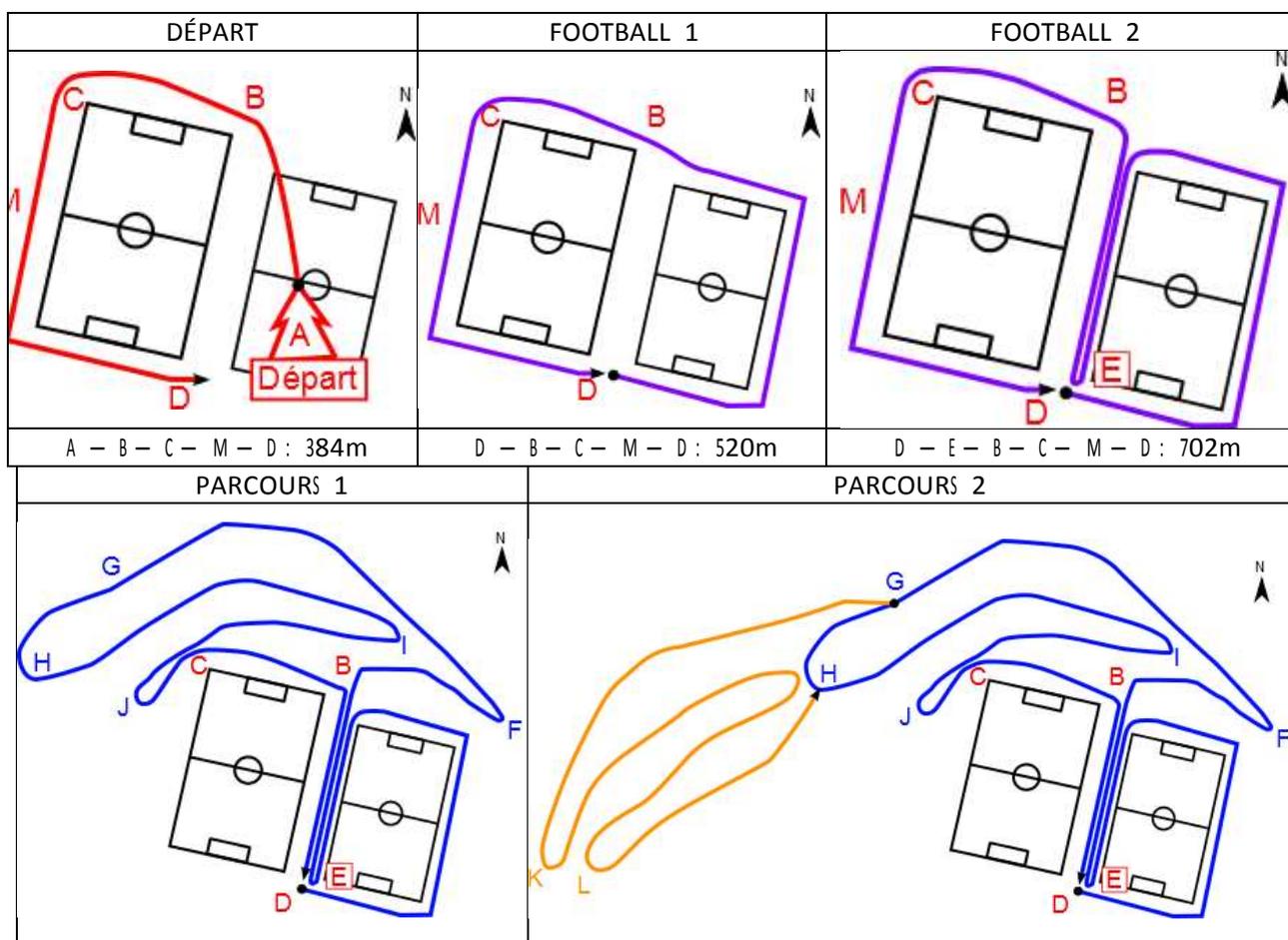
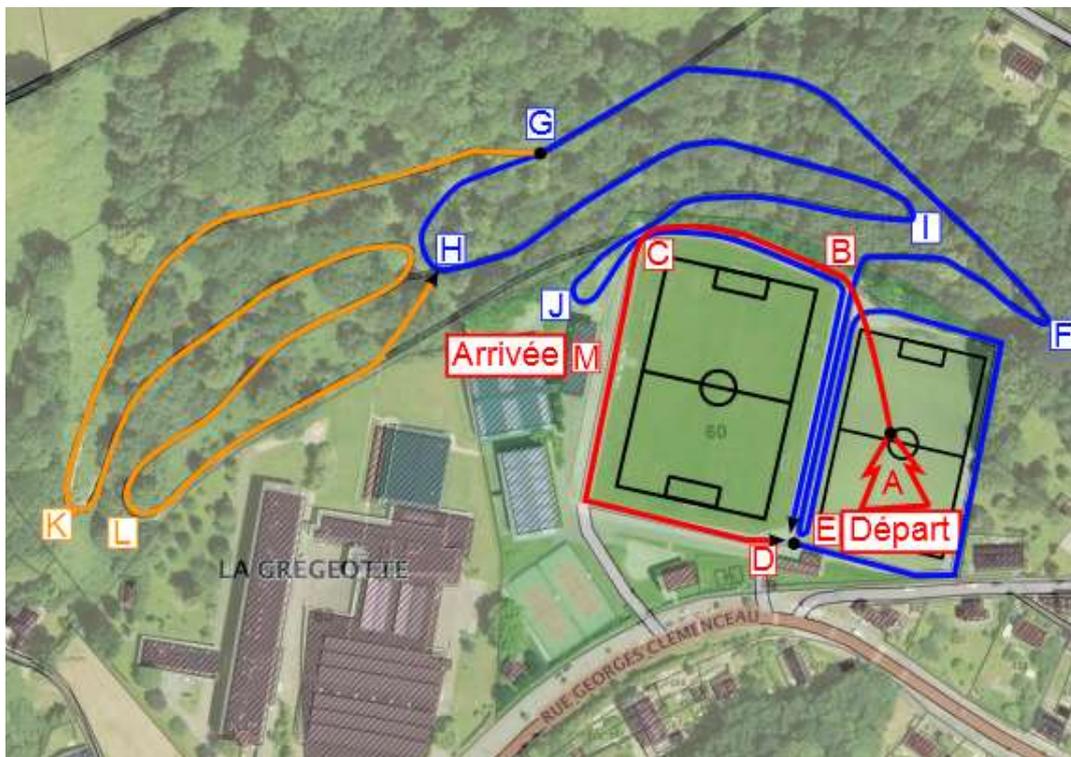
Les athlètes devront confirmer leur participation à la chambre d'appel au moins 45' avant le début de l'épreuve.

Le 400m est réservé aux juniors et +.

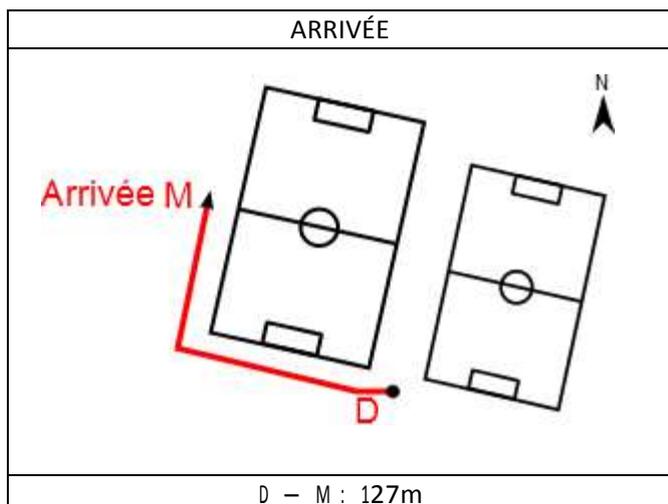
Quota de jury: 1 à 4 athlètes = 1 Jury - 5 à 10 athlètes = 2 Jurys - 11 à 20 athlètes = 3 Jurys - 21 à 30 = 4 Jurys - + de 30 = 5 Jurys

**GRUPEMENT ATHLETIQUE DE LA BASSE SEINE
CROSS DE BOLBEC – Régionaux de Cross Court
DIMANCHE 8 NOVEMBRE 2019**

Parcours – Vue d'ensemble



D - E - B - F - G - H - I - J - C - D : 1478m	D - E - B - F - G - K - L - H - I - J - C - B - D : 2290m
--	--



Horaires	Catégorie	Départ 384m	Football 1 520m	Football 2 702m	Parcour s 1 1478m	Parcours 2 2290m	Arrivée 127m	Distanc e	distance parcouru par chaque relayeur
9h30	Equip'Trail et 8K individuel (Ca-JU-ES-SE-MA) + NL							0	
	Relayeur 1	1		1				1086	8019
	R1+Relayeur 2		1		1			1998	6933
	R1+R2+ Relayeur 3		1		1			1998	4935
	R1+R2+R3+Relayeur 4		1			1	1	2937	2937
10h35	Benjamins / Benjamins	1			1		1	1989	
10H55	Minimes F / Minimes G / Cadettes	1	1	1	1		1	3211	
11h20	RGX Cross court 4K (JU-ES-SE-MA) F	1	1		2		1	3987	
11H50	RGX Cross court 4K (JU-ES-SE-MA) H + CAM(Hors Rgx)	1	1		2		1	3987	

**Meeting du Hac
Samedi 14 décembre 2019
Le Havre (HAC)
Salle A.Mimoun**

**Longueur – Poids – Hauteur
(Benjamins – Minimes)**

En attente information



Horaires :

- 13 h 30 **Confirmation des engagements**
- 14 h 00 **Réunion du jury**

Horaires	CONCOURS
14H30	CONCOURS AVENIR benjamins et minimes : Première barre 1m00
16h00	CONCOURS PROMOTION benjamins et + : Première barre 2m00
18h30	CONCOURS ELITE

- ❖ En dehors de l'heure prévue pour les premières épreuves, l'horaire sera adapté en fonction du nombre de participants et en fonction de l'avancement des épreuves par le juge arbitre.
- ❖ Les engagements pour les athlètes sont à effectuer par mail à : info-aspttrouenathle@orange.fr pour **le lundi 16 décembre avant minuit**. Passé ce délai, les inscriptions seront automatiquement closes !



Soirée 276
INDOOR
Demi-Fond + Sauts Horizontaux + Poids



Vendredi 20 Décembre 2019

Salle Jesse Owens à Val-de-Reuil

18h30	Constitution des jurys. Confirmations des engagements (jusqu'à 45 minutes avant le début des épreuves)						
19h15	Réunion de jury						
	Courses	Longueur			Triple-saut		Poids
		N°1	N°2	N°4	N°3	N°2	
19h30	800m TC F	E.S.Ma H.	C.J. H.	Cadettes			TC F.
20h00	800m TC H						
20h30	1500m TC F.						
21h45	1500m TC H.			J.E.S Ma F.	TC H.	TC F.	TC H.
21h15	3000m TC F.						
21h30	3000m TC H.						
21h45	Relais 4 x 200m (Cadets-Juniors)						

Implantation des concours de longueur et triple-saut dans la salle.

Longueur 1 : Proximité ligne d'arrivée du 60m.
Longueur 2 : Proximité ligne des départs de l'anneau.
Longueur 3 : Proximité côté sautoir de perche.
Triple-saut 2 : Proximité ligne des départs de l'anneau.
Triple-saut 3 : Proximité côté sautoir de perche.

Règlement de la compétition

Les engagements des athlètes et des jurys sont à faire sur le site du CDA27 jusqu'au **jeudi 19 novembre avant minuit.**

Les courses seront constituées par niveau. Il faudra donc indiquer lors des engagements en ligne un temps de référence. Attention : Sans temps d'engagement les athlètes participeront dans les séries les plus faibles.

Le nombre d'essai en longueur, triple-saut et poids sera décidé par le juge arbitre en fonction du nombre d'engagés dans les concours.

Suivant le nombre de participants, les épreuves pourront être regroupées sur décision du juge arbitre.

Les athlètes devront confirmer leur participation à la chambre d'appel 45' avant le début de l'épreuve.

Le 800m est réservé aux juniors et +.

Quota de jury: 1 à 4 athlètes = 1 Jury - 5 à 10 athlètes = 2 Jurys - 11 à 20 athlètes = 3 Jurys - 21 à 30 = 4 Jurys - + de 30 = 5 Jurys

Horaires :

- 12 h 30 Confirmation des engagements
- 13 h 00 Réunion du jury

	Horaires	HAUTEUR 1	HAUTEUR 2	LONGUEUR	TRIPLE SAUT 1	PERCHE	POIDS 1 et 2
50m Haies BF	13h30	BG					BF Accès libre max jusqu'à 14h40
50m Haies BG	14h00			BF (4Groupes)		BF / BG	
	14h45						BG Accès libre max jusqu'à 16h10
50m BF	15h00				BG		
	15h30	BF		BG (3 Groupes)			
	16h00				BF		
50m BG	16h30						
2000m Marche BF/ BG	17h00						

- ❖ En dehors de l'heure prévue pour les premières épreuves, l'horaire sera adapté en fonction du nombre de participants et en fonction de l'avancement des épreuves par le juge arbitre.
- ❖ Les engagements pour les athlètes et les jurys sont à effectuer sur le site eure.athle.com pour le **jeudi 19 décembre avant minuit**. Passé ce délai, les inscriptions seront automatiquement closes !

Rappel du quota d'officiel à présenter en fonction du nombre d'athlètes engagés (inscription à faire sur le site du comité) : 1 pour 4, 2 pour 5 à 10, 3 pour 11 à 15, 4 pour 16 à 20, 5 pour 20 à 25 et 6 pour plus de 25.

Inscriptions sur place : 10 euros !

Règlement :

Limité à 4 épreuves par athlète. 2 courses maximum par athlète.

- ✓ Longueur, Triple-saut et Poids : limité à 4 essais
- ✓ Hauteur et perche : Lors de l'inscription, merci d'indiquer la première barre envisagée de vos athlètes (mise en place de 2 concours de niveau pour la hauteur) – montées de barre communiquées en fonction des minimas aux régionaux.

Rappel : Les courses sont prioritaires sur les concours.

Chaque athlète devra informer son responsable de jury avant de quitter son concours pour aller faire sa course et devra le prévenir de son retour.

Horaires :

- 11 h 30 Confirmation des engagements
- 12 h 00 Réunion du jury

	Horaires	HAUTEUR 1	HAUTEUR 2	LONGUEUR 1 à 4	TRIPLE SAUT 1 et 2	PERCHE	POIDS 1 et 2
50m Haies MF	12h30	MG				MG	MF Accès jusqu'à 13h30
50m Haies MG	13h00			MF			
50m MF	14h00				MG/MF		
	14h30	MF				MF	MG Accès jusqu'à 15h00
	15h00						
50m MG	15h30						
	16h00			MG			
3000m Marche MF/MG	16h30						

- ❖ En dehors de l'heure prévue pour les premières épreuves, l'horaire sera adapté en fonction du nombre de participants et en fonction de l'avancement des épreuves par le juge arbitre.
- ❖ Les engagements pour les athlètes et les jurys sont à effectuer sur le site eure.athle.com pour **le vendredi 20 décembre avant minuit**. Passé ce délai, les inscriptions seront automatiquement closes !

Rappel du quota d'officiel à présenter en fonction du nombre d'athlètes engagés (inscription à faire sur le site du comité) : 1 pour 4, 2 pour 5 à 10, 3 pour 11 à 15, 4 pour 16 à 20, 5 pour 20 à 25 et 6 pour plus de 25.

Inscriptions sur place : 10 euros !

Règlement :

Limité à 4 épreuves par athlète. 2 courses maximum par athlète.

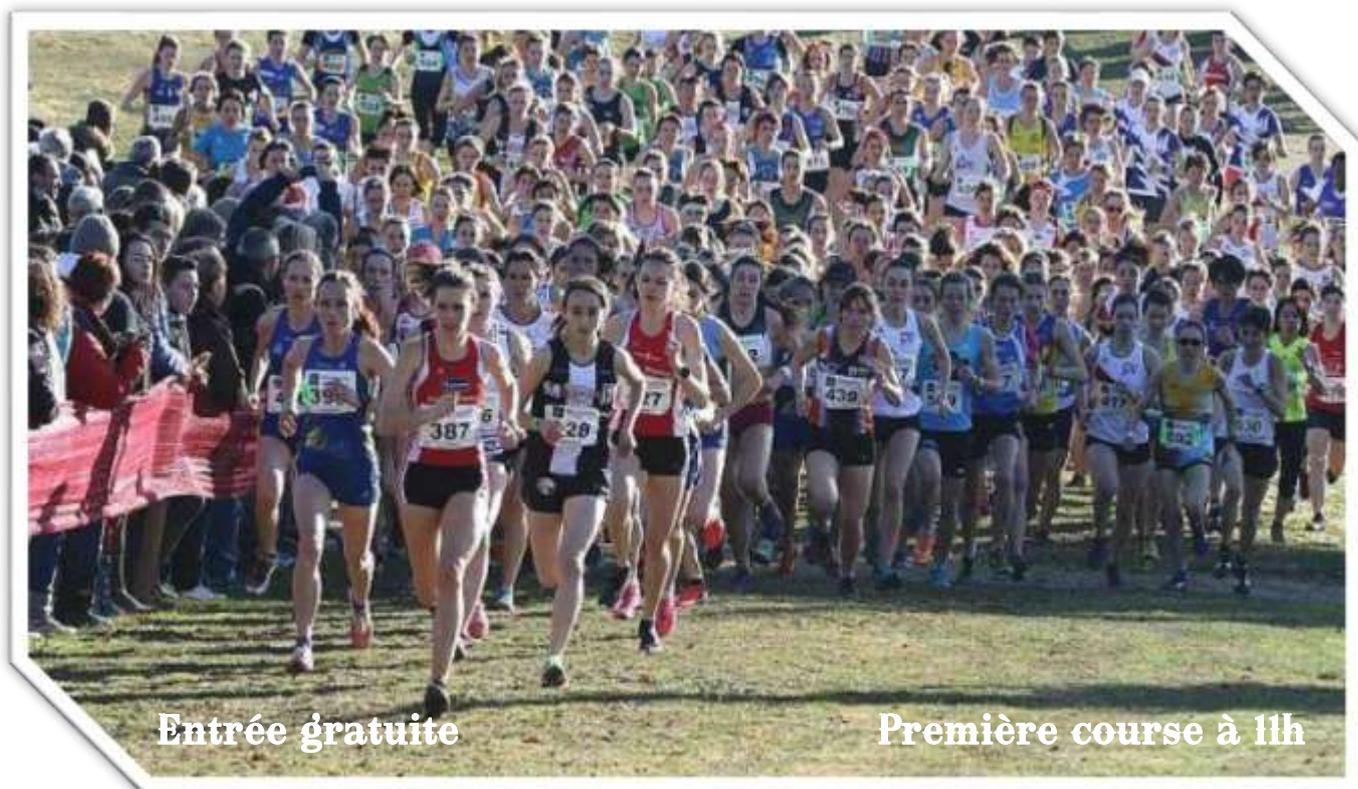
- ✓ Longueur, Triple-saut et Poids : limité à 4 essais
- ✓ Hauteur et perche : Lors de l'inscription, merci d'indiquer la première barre envisagée de vos athlètes (mise en place de 2 concours de niveau pour la hauteur) – montées de barre communiquées en fonction des minimas aux régionaux.

Rappel : Les courses sont prioritaires sur les concours.

Chaque athlète devra informer son responsable de jury avant de quitter son concours pour aller faire sa course et devra le prévenir de son retour.

Championnats de Seine Maritime de Cross-Country

Dimanche 12 Janvier 2020



Entrée gratuite

Première course à 11h

Dans le parc du château



Eu

Organisé par le CO Bresle

SEINE-MARITIME
- LE DÉPARTEMENT -

Pour de plus amples informations : C.D.A.76 5 rue Gabriel Péri 76120 Grand Quevilly

Tél : 02.32.81.93.09 / Email : cda76@outlook.fr

Site internet : <http://cda76.athle.org>



2S Tuyauterie
Tuyauterie industrielle





Championnats de Seine Maritime de Cross-Country



Dimanche 12 Janvier 2020



EU
Parc du château



Horaires & Distances

SEINE-MARITIME
- LE DEPARTEMENT -

Heure	Catégorie	Départ 640m Départ → A	P.B 1000m A,B,D,A	M.B 1600m A,B,C,D,A	G.B 2150m A,E,F,G,H,B,C,D,A	Arrivée 150m A → Arrivée	Total
11h00	Masters H.	1	1		3	1	8240 m
11h50	Poussines	1	1			1	1790 m
12h05	Poussins	1	1			1	1790 m
12h20	Benjamines	1		1		1	2390 m
12h40	Benjamins G. & Minimes F.	1	2			1	2790 m
13h00	Minimes G. & Cadettes	1	1	1		1	3390 m
13h25	Cadets & Juniors F.	1		1	1	1	4540 m
13h50	Juniors H.	1	1	1	1	1	5540 m
14h25	Elites F.	1	1	2	1	1	7140 m
15h15	Elites H.	1	1		3	1	8240 m



Petite Boucle (A,B,D,A)



Moyenne Boucle (A,B,C,D,A)



Grande Boucle (A,E,F,G,H,B,C,D,A)



Championnats de Seine Maritime de Cross-Country 2020

Points de règlement très important :

Pour le bon déroulement de la compétition chaque club devra fournir au minimum un jury. Merci d'envoyer pour **le 22 décembre 2019** les noms, prénoms et n° de licence de vos jurys à Marc LOUVET : marc.louvet@orange.fr

Les engagements pour les championnats de Seine Maritime de cross seront à faire sur le site du CDA76 dans l'onglet "engagement" jusqu'au **mercredi 8 janvier 2020 avant minuit, dernier délai.**

Attention : Tous engagements hors délais seront facturés 10€ par dossard.

Aucun engagement ne sera possible sur place.

Retrait des dossards : Une enveloppe au nom du club sera à retirer au secrétariat. Pas de retrait de dossards individuels. L'enveloppe des dossards ne pourra être remise au club que si un jury a été engagé pour la journée ou une pénalité de 100€ sera demandée au club.

La participation aux championnats départementaux de cross est obligatoire pour se qualifier aux championnats de Normandie de cross.

QUALIFICATIONS :

Tous les athlètes classés lors des championnats départementaux du 12 Janvier 2020 à Eu seront qualifiés pour les championnats de Normandie.

Les athlètes possédants une licence Running participant aux départementaux de cross pour le challenge cross du CDA76 ne pourront prétendre au podium ainsi qu'à une qualification pour les régionaux.

REPÊCHAGE :

Tout athlète absent le jour des départementaux de cross et susceptible de participer aux championnats régionaux de cross à Evreux, une demande de repêchage devra obligatoirement être faite **le jour des départementaux à Eu** et devra être accompagné d'un chèque de caution de 30€ à l'ordre de la Ligne Normande d'Athlétisme.

- Pour les catégories benjamins et minimes, le repêchage est aussi à faire pour les régionaux, il devra être accompagné d'un chèque de caution de 30€ qui sera rendu si l'athlète est classé aux régionaux à Evreux.
- A partir de la catégorie Cadets la caution de 30€ versée pour un athlète qui souhaite participer aux régionaux malgré sa non-participation aux départementaux ne sera redonnée que s'il est classé aux 1/2 finale des championnats de France de cross à Carnac (56).

Attention :

- Aucune demande de repêchage ne pourra être prise en compte en dehors de ce jour.
- Il faudra faire un chèque par demande de repêchage et non un chèque global.
- Les demandes de repêchages seront à faire au secrétariat.

Les athlètes non classés de la catégorie espoir à master à l'issue des championnats départementaux de cross, pourront participer lors des championnats de Normandie à une course "Open" mixte. Dans cette course, la ligue organise un critérium réservé aux V2, V3, etc. avec attribution de titre individuel. (Voir règlement page 34 dans le livret hivernal régional)

Sportivement



Titres décernés :

Champion(ne) départemental(e) cross-country en individuel et par équipe pour les catégories suivantes :

Catégories	Individuels	Equipes
Poussins	Oui	Oui
Poussines	Oui	Oui
Benjamins	Oui	Oui
Benjamines	Oui	Oui
Minimes Garçons	Oui	Oui
Minimes Filles	Oui	Oui
Cadets	Oui	Oui
Cadettes	Oui	Oui
Juniors Garçons	Oui	Oui
Juniors Filles	Oui	Oui
Espoirs Hommes	Oui	Non
Espoirs Femmes	Oui	Non
Masters Hommes	Oui	Oui
Masters Femmes	Oui	Non
Elites Hommes	Oui	Oui <i>(catégories Espoirs et Seniors)</i>
Elites Femmes	Oui	Oui <i>(catégories Espoirs, Seniors et Masters)</i>

Une seule équipe par club sera classée si au moins quatre des athlètes du club sont classés.



DEMANDE DE QUALIFICATION EXCEPTIONNELLE

Pour les Championnats Régionaux de Cross-Country

Le 02 février 2020 à Evreux (27)

Nom & Prénom du demandeur :

N° de Tél :

Club :	
NOM & Prénom :	
N° Licence :	
Catégorie :	
Course :	
Motif de la demande :	
N° du Chèque	

Signature du demandeur



MEETING DE PERCHE

ASPTT ROUEN ATHLETISME

Salle St Exupéry

Samedi 18 Janvier 2020



Horaires :

- 13 h 30 Confirmation des engagements
- 14 h 00 Réunion du jury

Horaires	CONCOURS
15H00	CONCOURS AVENIR : Première barre 1m60
17h00	CONCOURS PROMOTION : Première barre 3m40

Ouvert à partir de la catégorie Cadet

- ❖ En dehors de l'heure prévue pour les premières épreuves, l'horaire sera adapté en fonction du nombre de participants et en fonction de l'avancement des épreuves par le juge arbitre.
- ❖ Les engagements pour les athlètes sont à effectuer par mail à : info-aspttrouenathle@orange.fr pour **le jeudi 16 janvier avant minuit**. Passé ce délai, les inscriptions seront automatiquement closes !



Chats de Seine-Maritime Individuels

INDOOR

BENJAMINS – MINIMES

Dimanche 19 Janvier 2019

Salle Jesse Owens à Val-de-Reuil



9h00	Constitution des jurys et Confirmations des engagements (jusqu'à 45 minutes avant le début des épreuves)					
9h30	Réunion de jury					
		Hauteur <i>(3 sautoirs)</i>	Longueur <i>(2/3 sautoirs)</i>	Triple-saut <i>(1/2 sautoirs)</i>	Perche <i>(1 sautoir)</i>	Poids <i>(2 groupes)</i>
10h00	50m haies MG	BF		MF		
10h15			BG		BF / MF	MG
10h20	50m haies MF					
10h45	50m haies BG					
11h10	50m haies BF					
11h30	50m MG	BG		MG		
11h45			MF			BF
12h00	50m MF					
Podiums						
12h30	50m BG					
13h00	50m BF		MG			
13H30	Finale 50m haies MG	MF		BF	BG / MG	BG
Podiums						
13h45	Finale 50m haies MF					
14H00	Finale 50m haies BG					
14H15	Finale 50m haies BF					
14H30	Finale 50m MG					
14H40	Finale 50m MF	MG				
14H50	Finale 50m BG					
15H00	Finale 50m BF					
15h45	2000m Marche BF		BF			
16h10	2000m Marche BG			BG		MF
16h30	3000m Marche MF/MG					
17h00	Podiums					

Ossature de base des jurys

Directeur de la Compétition	BRETTEVILLE Chloé CDA76 -
Directeur de la réunion	
Juge Arbitre général	
Juges Arbitres courses	
Juges Arbitres des concours	
Secrétariat	LOUVET Corinne (CSG) -
Chambre d'appel	
Animation	
Starters	LOUVET Marc (CSG) -
Chrono électrique	DELETOILE Guillaume - BRETTEVILLE Jean-Claude - BOUTEL Sylvain - BEGIN Maxence
Chronométrateurs manuels	

Règlement de la compétition

Les engagements des athlètes et des jurys pour cette compétition se feront en ligne sur le site du CDA76 dans la rubrique « engagement » jusqu'au **jeudi 13 décembre 2018 avant minuit**.

Quota de jury : 1 à 4 athlètes = 1 jury – 5 à 10 athlètes = 2 jurys – 11 à 20 athlètes = 3 jurys – 21 à 30 athlètes = 4 jurys - + de 30 athlètes = 5 jurys.

Benjamins: Limité à 4 épreuves par athlète. 2 courses maximum (hors finales) par athlète.

Minimes: Limité à 4 épreuves par athlète. 2 courses maximum (hors finales) par athlète.

Limité à 4 essais pour les concours de Longueur, Triple-saut et Poids.

Hauteur et Perche : Illimité et 3 tentatives par barre.

Montées de barres : (Voir le tableau en page)

Pour tous les concours: Les catégories seront scindées en fonction du nombre de participants:

Les groupes seront constitués en fonction du niveau des athlètes. Merci d'indiquer la première barre (selon les montées de barre ci-dessous) de votre athlète afin de constituer des groupes homogènes (gain de temps en amont et sur les concours) - Groupe 1 à 4 : premières barres les plus hautes vers les plus basses.

Rappel : Les courses sont prioritaires sur les concours.

Chaque athlète devra informer son responsable de jury avant de quitter son concours pour aller faire sa course de devra le prévenir de son retour.

L'athlète absent au départ, inscrit dans une série ne pourra être repêché. **(Il appartient aux entraîneurs de contrôler le listing des séries).**

Les athlètes devront confirmer leur participation à la chambre d'appel 45' avant le début de l'épreuve.

(Il appartient aussi aux entraîneurs de contrôler l'engagement de leurs athlètes).

Il y aura **2** finales pour les courses de 50m et 50m haies. Chaque athlète devra confirmer sa participation à la finale.

Le podium départemental sera attribué aux finalistes de la finale A.

Les résultats de cette compétition seront pris en compte pour la participation aux championnats régionaux individuel.

Un Triathlon sera extrait de cette compétition.

Il est rappelé que l'accès à la piste est réservé aux compétiteurs.

Des zones pour les entraîneurs sont prévues pour coacher les athlètes à distance.

Les dirigeants non juges, athlètes non concernés par les épreuves en cours dans l'arène devront rester dans les tribunes.

Implantation des concours dans la salle.

Hauteur 1 et 2 dans la salle principale. Hauteur 3 dans la salle d'échauffement

Longueur 1 : Coté ligne d'arrivée du 60m.

Longueur 2 : Coté ligne des départs de l'anneau.

Longueur 3 ou Triple-saut 2 : Dans la salle d'échauffement

Triple-saut 1 : Coté sautoir de perche.



Présentation du Cross de l'Épinay

Rejoignez le **Cross de l'Épinay** pour cette 5ème Edition, le **26 JANVIER 2020** !

L'Union Sportive de Forges les eaux athlétisme, organisera le dimanche 26 janvier 2020, la 6ème édition du cross de l'Épinay qui se déroule à Forges les eaux. Les départs auront lieu dans la clairière à côté de la Grange. Ce cross est ouvert à tous (licencié ou non).

Programme 2020

9 h 30 :	Cadets G + Juniors F :	4000 m	(2 petites boucles + 2 moyennes boucles).
9 h 45 :	Minimes G + Cadettes F :	2800 m	(2 petites boucles + 1 moyenne boucle).
10 h 05 :	Juniors H + Elites Femmes :	5700 m	(2 petites boucles + 2 grandes boucles).
10 h 30 :	Benjamins G + Minimes F :	2100 m	(1 petite boucle + 1 moyenne boucle).
10 h 45 :	Poussins G et F + Benjamins F :	1300 m	(2 petites boucles).
10 h 55 :	Eveils G et F :	700 m	(1 petite boucle).
11 h 05 :	Elites Hommes + Masters H :	8000 m	(2 petites boucles + 3 grandes boucles).

Inscriptions 2019

Pour vous inscrire aux épreuves du **Cross de l'Épinay 2020**, il vous suffit de suivre les étapes suivantes :

1. Téléchargez votre bulletin sur running Bray : [Télécharger](#) ►
2. Remplissez-le en complétant les informations demandées
3. Joignez votre règlement à l'ordre de « US FORGES ATHLETISME »
4. Joignez une photocopie de votre licence ou certificat médical d'aptitude
5. Envoyez le tout à : andelar8@aol.com

Ou

Mr André DELARUE
4 Rue Jules Ferry
76440 FORGES-LES-EAUX

+2€ sur place.



Inscriptions : patmalandain@aol.com

Dès votre arrivée : Confirmez-vous ou inscrivez-vous sur la ligne de départ de votre course ou le lieu de votre concours.

Mardi 3 mars 2020

SOIRÉE D'ATHLÉTISME DU COB (Chrono et Anémo électrique.)

à EU (76)

Stade Henri Franchet - 3km du TRÉPORT -

		Hauteur en salle	Hauteur en salle	POIDS en salle
Appel et inscription des concurrents 10 mn avant le départ sur la ligne de départ	18h30	TC -1,05 m	TC + 1,05	TCH-F
	18h35			
100m TC F	18h40			
100m TC H	18h50			
100m Min F- Ben F	19h00			
100m Min G- Ben G	19h10			
400m TC F	19h20			
400m TC H	19h30			
800m TC F - TC H	19h40			
800m TC F - TC H	19h50			

Si pas assez de jury certaines épreuves peuvent être annulées



Inscriptions : patmalandain@aol.com

Dès votre arrivée : Confirmez-vous ou inscrivez-vous sur la ligne de départ de votre course ou le lieu de votre concours.

Mardi 17 Mars 2020

SOIRÉE D'ATHLÉTISME DU COB (Chrono et Anémo électrique.)

à EU (76)

Stade Henri Franchet - 3km du TRÉPORT -

		disque	Marteau	Longueur
Appel et inscription des concurrents 10 mn avant le départ sur la ligne de départ	18h30		TC F-H	
2000 marche	18h40			
1000m Ben F - Ben G	18h45			
1000m Min G- MinF	18h55			
1500m TCF- TCH	19h05			
3000M TCF- TCH	19h20			
5000M TCF- TCH	19h40			

Si pas assez de jury certaines épreuves peuvent être annulées

Montées de Barres
 Pour l'ensemble des compétitions individuelles départementales.
 Benjamins et Minimes
 (Sauf Épreuves Combinées)

Garçons				Filles			
Benjamins		Minimes		Benjamines		Minimes	
Hauteur	Perche	Hauteur	Perche	Hauteur	Perche	Hauteur	Perche
Etc.							
1.51	2.80	1.76	3.00	1.48	2.50	1.60	2.60
1.49	2.70	1.74	2.90	1.46	2.40	1.58	2.50
1.47	2.60	1.72	2.80	1.44	2.30	1.56	2.40
1.45	2.50	1.70	2.70	1.42	2.20	1.54	2.30
1.43	2.40	1.68	2.60	1.40	2.10	1.52	2.20
1.39	2.30	1.64	2.50	1.36	2.00	1.48	2.10
1.35	2.20	1.60	2.40	1.32	1.90	1.44	2.00
1.31	2.10	1.56	2.30	1.28	1.80	1.40	1.90
1.27	1.90	1.52	2.20	1.24	1.70	1.36	1.80
1.23	1.70	1.48	2.10	1.20	1.50	1.32	1.70
1.19	1.50	1.44	1.90	1.15	1.40	1.28	1.50
1.15		1.40	1.70	1.10		1.24	
1.10		1.35	1.50	1.05		1.20	
1.05		1.30		1.00		1.15	
1.00		1.25		0.95		1.10	
0.95		1.20		0.90		1.00	
0.90		1.15		0.85		0.95	
0.85		1.10		0.80		0.90	
0.80		1.05					
		1.00					

Minimas de participation aux ch^{ats} Régionaux

MODES DE SELECTION DES MATCHS INTER-COMITES

Février			
Dimanche 16	Match inter-comités de Cross	Carnac (56)	Sur sélection du CDA
Mars			
Dimanche 8	Match inter-comités en salle	Mondeville	Sur sélection du CDA

Match inter-comités de Cross (Minimes) :

- Qualification des 10 premiers aux départementaux
- Liste d'attente en fonction des résultats des régionaux / cross UNSS

Liste complète des qualifiés diffusée le **lundi 4 Février 2020** sur le site du CDA et diffusée par mail aux clubs et aux athlètes concernés.

Match inter-comités en salle (Benjamins et Minimes) :

- Qualification des 8 premiers par catégorie au bilan de triathlon, du 1^{er} octobre 2019 au **19 janvier 2020**.
- Liste d'attente en fonction du bilan départemental.

Liste complète des qualifiés diffusée le **lundi 20 février 2020** sur le site du CDA76 et diffusée par mail aux clubs et aux athlètes concernés.

Pour toutes questions relatives à ces sélections en équipe de comité, prendre contact avec

Nicolas Bordet : cda76@outlook.fr ou Tel: 02 32 81 93 04

MEMO TECHNIQUE

Les haies en salle

Catégories	Distance	Nbre	Hauteur	Départ	Intervalle	Arrivée
Benjamines	50 m	5	0,65	11,50 m	7,50 m	8,50 m
Benjamins	50 m	5	0,65	11,50 m	7,50 m	8,50 m
Minimes Filles	50 m	4	0,76	12,00 m	8,00m	14,00 m
Minimes Garçons	50 m	4	0,84	13,00 m	8,50 m	11,50 m

Le Poids des Engins

CATÉGORIES	Poids	Disque	Javelot	Marteau
HOMMES				
BENJAMINS	3 kg	1 kg	0,500 kg	3 kg
MINIMES	4 kg	1,250 kg	0,600 kg	4 kg
CADETS	5 kg	1,500 kg	0,700 kg	5 kg
JUNIORS	6 kg	1,750 kg	0,800 kg	6 kg
SEN – ESP – VET	7,260 kg	2 kg	0,800 kg	7,260 kg
FEMMES				
BENJAMINES	2 kg	0,600 kg	0,400 kg	2 kg
MINIMES	3 kg	0,800 kg	0,500 kg	3 kg
CADETTES	3 kg	1 kg	0,600 kg	3 kg
JUNIORS	4 kg	1 kg	0,600 kg	4 kg
SEN – ESP – VET	4 kg	1 kg	0,600 kg	4 kg

CHALLENGE JEUNES 76

REGLEMENT 2019-2020

POUR QUI ?

Ce challenge s'adresse à tous les athlètes à jour de leur licence FFA, des catégories suivantes :

- Benjamin(e)s
- Minimes F et G

ÉPREUVES

- Ch^{ats} de Seine Maritime d'épreuves combinées en salle. Les 17 et 24 janvier.
 - Ch^{ats} de Seine Maritime individuels en salle. Le 19 janvier 2020.
 - Ch^{ats} de Seine Maritime de cross à Eu (Obligatoire). Le 12 janvier 2020.
 - Ch^{ats} de Seine Maritime individuels Jeunes été - lieu à définir.
 - Ch^{ats} de Seine Maritime Épreuves combinées estivales - lieu à définir.
 - Challenge Equip'Athlé tour printanier- lieu à définir.
 - Bonus : Ch^{ats} de Seine Maritime de lancers longs hiver le 30 novembre à Yvetot (points à la table jeunes sur 1,2 ou 3 épreuves).
- **La participation aux départementaux de cross est obligatoire pour être classé au challenge.**

CLASSEMENT

Les meilleurs points sur chaque étape (sur la base du triathlon) seront additionnés pour le classement.

Pour les cross, le barème suivant sera utilisé :

Barème cross							
Place	Points	Place	Points	Place	Points	Place	Points
1	100	21	80	41	60	61	40
2	99	22	79	42	59	62	39
3	98	23	78	43	58	63	38
4	97	24	77	44	57	64	37
5	96	25	76	45	56	65	36
6	95	26	75	46	55	66	35
7	94	27	74	47	54	67	34
8	93	28	73	48	53	68	33
9	92	29	72	49	52	69	32
10	91	30	71	50	51	70	31
11	90	31	70	51	50	71	30
12	89	32	69	52	49	72	29
13	88	33	68	53	48	73	28
14	87	34	67	54	47	74	27
15	86	35	66	55	46	75	26
16	85	36	65	56	45	76	25
17	84	37	64	57	44	77	24
18	83	38	63	58	43	78	23
19	82	39	62	59	42	79	22
20	81	40	61	60	41	80	21
+ de 80	20 points						

Au maximum : les 5 meilleures étapes seront prises en compte.

RECOMPENSES

La remise des récompenses du challenge aura lieu lors d'une compétition de fin de saison.

Seront récompensés les 5 premiers athlètes par catégorie !

CHALLENGE CLUB 76

REGLEMENT 2019-2020

POUR QUI ?

Ce challenge s'adresse à tous les clubs du comité (sections locales dans le cas de club maître) sur les catégories suivantes :

- Benjamin(e)s
- Minimes F et G

ÉPREUVES

- Ch^{ats} de Seine Maritime d'épreuves combinées en salle. Les 17 et 24 janvier.
- Ch^{ats} de Seine Maritime individuels en salle. Le 19 janvier 2020.
- Ch^{ats} de Seine Maritime de cross à Eu (Obligatoire). Le 12 janvier 2020.
- Ch^{ats} de Seine Maritime individuels Jeunes été - lieu à définir.
- Ch^{ats} de Seine Maritime Épreuves combinées estivales - lieu à définir.
- Challenge Equip'Athlé tour printanier- lieu à définir.
- Bonus : Ch^{ats} de Seine Maritime de lancers longs hiver le 30 novembre à Yvetot (points à la table jeunes sur 1,2 ou 3 épreuves).

CLASSEMENT

Les meilleurs points sur chaque étape (base triathlon) seront additionnés pour le classement. Au maximum : 2 athlètes par catégorie et par sexe par compétition seront pris en compte.

Pour le cross, le barème suivant sera utilisé :

Barème cross							
Place	Points	Place	Points	Place	Points	Place	Points
1	100	21	80	41	60	61	40
2	99	22	79	42	59	62	39
3	98	23	78	43	58	63	38
4	97	24	77	44	57	64	37
5	96	25	76	45	56	65	36
6	95	26	75	46	55	66	35
7	94	27	74	47	54	67	34
8	93	28	73	48	53	68	33
9	92	29	72	49	52	69	32
10	91	30	71	50	51	70	31
11	90	31	70	51	50	71	30
12	89	32	69	52	49	72	29
13	88	33	68	53	48	73	28
14	87	34	67	54	47	74	27
15	86	35	66	55	46	75	26
16	85	36	65	56	45	76	25
17	84	37	64	57	44	77	24
18	83	38	63	58	43	78	23
19	82	39	62	59	42	79	22
20	81	40	61	60	41	80	21
+ de 80	20 points						

BONUS OFFICIELS

Un bonus par officiel (officiels ou jeunes juges) sera attribué au club par compétition dans la limite de 5 jurys maximum :

- 20 points pour un juge confirmé (départemental et +).
- 10 points pour un juge en formation.
- 5 points pour une personne licenciée.

Dans le cas où le club ne fournit aucun jury, un malus de 50 points lui sera attribué par compétition.

BONUS ORGANISATION

Un bonus de 100 points par organisation dédiée aux jeunes sera attribué au club : support de championnats, kids, triathlon, épreuves multiples, etc.
Cette organisation devra respectée la réglementation FFA, être déclaré sur SIFFA et en amont auprès du président de CDJ et les résultats saisis sur Logica.

RECOMPENSES

La remise des récompenses de challenge aura lieu lors d'une compétition de fin de saison.

Seront récompensés les 10 premiers clubs (achat de matériels auprès d'un prestataire choisi par le comité)!

Règlement

Challenge Cross-Country



Ce challenge a pour but de relancer la pratique du cross-country au sein du département 76.

Il s'adresse aux athlètes de la catégorie Benjamins à Masters du comité 76 à jour de leur licence compétition ou running.

3 cross du département ont été retenus pour ce challenge + les championnats départementaux.

1. Le cross de Colleville. (1^{er} Novembre)
2. Le Cross de Bolbec. (8 décembre)
3. Le Cross de Forges les Eaux. (26 janvier)
4. Les Championnats Départementaux. (12 janvier)

Lors des championnats départementaux, les compétiteurs d'une licence running ne pourront prétendre au podium, ne pourront rentrer dans le classement par équipe et ne seront pas non qualifiables pour les régionaux

Ce challenge cross est composé d'un challenge individuel et d'un challenge club.

Un classement provisoire sera établi après chaque étape et sera consultable sur le site du comité 76.

Les clubs de sections locales sont considérés comme club à part entière.

Tout nouvel organisateur de cross souhaitant intégrer ce challenge devra en faire la demande en début de saison hivernale auprès du comité 76.

Challenge Individuel

Classement : Les points sur chaque étape seront additionnés pour le classement individuel.

L'ensemble des étapes seront totalisées pour déterminer le classement final.

En cas d'ex aequo : Sera classé le meilleur, l'athlète qui aura été le mieux classé aux championnats départementaux de cross.

Pour être classé au challenge cross individuel et prétendre aux récompenses, il faudra avoir été classé au minimum à 3 étapes sur l'ensemble des cross retenus par le CDA76 dont les départementaux de cross obligatoire.

Les points attribués seront établis en fonction du classement. (Voir le tableau ci-dessous)

Challenge

Club

Ce challenge s'adresse à tous les clubs du comité 76.

Classement : L'addition des points des étapes de l'ensemble des athlètes de toutes les catégories de chaque club seront cumulés pour déterminer le classement.

En cas d'ex aequo : Le club ayant engagé un maximum d'athlète sur l'ensemble des étapes prendra la meilleure position.

Barème des points

Place	Points	Place	Points	Place	Points	Place	Points	Place	Points
1	100	21	80	41	60	61	40	81	20
2	99	22	79	42	59	62	39	82	19
3	98	23	78	43	58	63	38	83	18
4	97	24	77	44	57	64	37	84	17
5	96	25	76	45	56	65	36	85	16
6	95	26	75	46	55	66	35	86	15
7	94	27	74	47	54	67	34	87	14
8	93	28	73	48	53	68	33	88	13
9	92	29	72	49	52	69	32	89	12
10	91	30	71	50	51	70	31	90	11
11	90	31	70	51	50	71	30	91	10
12	89	32	69	52	49	72	29	92	9
13	88	33	68	53	48	73	28	93	8
14	87	34	67	54	47	74	27	94	7
15	86	35	66	55	46	75	26	95	6
16	85	36	65	56	45	76	25	96	5
17	84	37	64	57	44	77	24	97	4
18	83	38	63	58	43	78	23	98	3
19	82	39	62	59	42	79	22	99	2
20	81	40	61	60	41	80	21	100 et +	1

Récompenses

Lors de la cérémonie de remise des récompenses de ce challenge, les athlètes et les représentants des clubs primés devront être présents pour prétendre obtenir leur récompense.

Challenge individuel :

Récompensera les 5 athlètes de chaque catégorie ayant totalisé le maximum de points.
Les récompenses seront sous forme de chèque cadeau auprès d'un magasin de sport choisi par le comité.

Challenge Club :

Le classement final sera attribué au club ayant totalisé le maximum de point sur l'ensemble des catégories.

Seront récompensés les 8 premiers clubs par un bon d'achat pour du matériel auprès d'un prestataire choisi par le comité.

Barème des récompenses.

Challenge individuel		Challenge clubs	
1er	100€	1er	100€
2ième	80€	2ième	90€
3ième	60€	3ième	80€
4ième	40€	4ième	70€
5ième	20€	5ième	60€
		6ième	50€
		7ième	40€
		8ième	40€
	300€		530€
	x 12 catégories		
	3600€		4130€

Règlement pour les organisateurs

L'organisation des cross reste une manifestation club.

De ce fait chaque organisateur reste maître et responsable de son organisation.

A sa charge d'en assurer la promotion, la logistique, la préparation du parcours, la gestion du secrétariat et le nombre de jury suffisant à une bonne organisation.

Les organisateurs s'engagent à respecter les règlements en vigueur préconisés par la FFA et de la CNCR.

De mettre en œuvre des parcours sécurisés et balisés sur toutes les boucles.

De déployer suffisamment de bénévoles sur l'ensemble du parcours pour veiller à la sécurité des athlètes et assurer les bons aiguillages des différentes boucles.

Possibilité de regrouper certaines catégories dans la mesure où les distances préconisées par la FFA par catégories sont respectées.

L'organisateur s'engage à diffuser les résultats sur le site Siffa au plus vite.

Les cross devront avoir été mis au calendrier hivernal des compétitions départementales en début de saison.

Un cahier des charges d'organisation de cross-country est à la disposition des organisateurs sur le site du CDA76.

Si besoin une aide matériel peut être demandée au CDA76 (Piquets de parcours, piques d'arrivées, chrono à bande, etc....).

INFOS STAGES

*Le Comité Départemental d'Athlétisme de Seine-Maritime propose deux stages :
un au printemps et un autre en été.*



Les dossiers d'inscription sont à télécharger sur le site du CDA76.

Pour toutes questions relatives aux stages jeunes, prendre contact avec :

Nicolas Bordet : cda76@outlook.fr ou Tel: 02 32 81 93 04

CONTACTS

Président C.D.J :

Florian Desjardins

Tél : 06.20.66.67.27

Email : desjardins.florian@yahoo.fr

Président C.S.O 76 :

Marc Louvet

Tél : 06.10.77.19.15

Email : marc.louvet@orange.fr

Notes

A series of horizontal dotted lines for writing notes.