

BULLETIN

HIVERNAL

SAISON 2018 / 2019



Edito

Voici le Livret N° 4 de la **Commission Sportive et d'Organisation** de la Ligue de Normandie d'Athlétisme, en l'occurrence le **Bulletin Hivernal** de la saison 2018 – 2019.

Vous y trouverez le maximum d'informations concernant les compétitions organisées par la CSO, mais aussi les Clubs et Comités Départementaux. Ces infos sont disponibles également sur les différents sites des clubs et Comités Départementaux.

En Cross-Country, les Championnats Régionaux se dérouleront à Hérouville Saint Clair pour le cross court et à Saint James aux confins de la Bretagne, pour toutes les autres courses sur un vrai parcours de cross, « paysan », où nos amis du GDM Saint James mettront tout en œuvre pour recevoir au mieux près de 2000 coureurs attendus en ce 3 Février. Une nouveauté cette année, l'organisation d'un critérium réservé aux V2, V3... Quinze jours plus tard, le très bel et fonctionnel hippodrome de Lisieux accueillera les 1/2 finales des Championnats de France avec nos amis Bretons. Ne vous fiez pas au terme « hippodrome », car celui-là réserve quelques surprises.

Mondeville et Val de Reuil seront comme chaque année les points de rendez-vous de la saison en salle avec les points d'orgue les Championnats Régionaux des 19 et 20 Janvier. Et cette année, la Commission Régionale des Vétérans organisera un véritable championnat régional, le 23 février à Mondeville.

Les lanceurs trouveront aussi de quoi se satisfaire avec 6 meetings hivernaux de lancers longs avant les Régionaux du 2 Février à Aunay, terre de lanceurs s'il en est.

Enfin, n'oubliez pas que pour toute compétition, il faut des athlètes mais aussi des officiels. Alors n'attendez pas qu'on aille vous tirer par la main !

Bon hiver à tous et rendez-vous sur les stades et dans les labours !

*Le Président de la CSO-LNA,
DD KERVEILLANT*
kerveillant.andre@neuf.fr

SOMMAIRE

Page 1	Edito
Page 2	Sommaire
Pages 3 à 14	Calendrier

Salle

Page 15	Réglementations des compétitions en salle
Page 16	Participation des athlètes hors-ligue à VDR
Page 17	Calendrier - Officiels
Page 18	1 ^{ère} Journée des Pré-Régionaux Mondeville – 22/12/2018
Page 19	2 ^{ème} Journée des Pré-Régionaux Mondeville – 23/12/2018
Page 20	3 ^{ème} Journée des Pré-Régionaux Val de Reuil – 05/01/2019
Page 21	3 ^{ème} Journée des Pré-Régionaux Mondeville – 05/01/2019
Page 22	4 ^{ème} Journée des Pré-Régionaux Val de Reuil – 06/01/2019
Page 23	4 ^{ème} Journée des Pré-Régionaux Mondeville – 06/01/2019
Pages 24-25-26	Championnats Régionaux d'Epreuves Combinées Mondeville 15 et 16/12
Page 27	Championnats de Normandie en salle Val De Reuil – 19 et 20/01
Page 28	Grille des minimas
Page 29	Jurys
Page 30	Demandes de Qualifications exceptionnelles pour les Régionaux
Page 31	Horaire du Samedi 19
Page 32	Horaire du Dimanche 20
Page 33	Meeting Régional de Mondeville – 27/01/2018
Page 34	Championnat de Normandie Masters – 23/02/2019

Cross-Country

Pages 35-36-37	Régional de Cross Court – Hérouville Saint Clair – 02/12/2018
Pages 38-39-40-41	Championnats de Normandie à Saint James (50) – 03/02/2019
Page 42	Demandes de Qualifications exceptionnelles pour les Régionaux et 1/2 Finales des Championnats de France
Pages 43-44-45	1/2 Finales des Championnats de France – Lisieux – 17/02/2019

Lancers Longs

Page 46	Lancers Longs
---------	---------------

Meetings en Salle

Pages 47-48-49-50	Horaires des Meetings Jesse Owens à Val de Reuil
Page 51	Horaires des Meetings de l'USOM à Mondeville

CALENDRIER de OCTOBRE 2018 à MARS 2019

Vacances du 20/10/2018 au 05/11/2018

OCTOBRE.2018

J	Dates	Internationales	Nationales	Régionales	Départementales	Clubs	Autres
Sa Di	6					Meeting de Lancers BE à Ma Aunay s/Odon	
Di	7		Challenge National des Ligues de Marche Saran (CEN)		Triathlon PO/BE/MI + Ep Ouvertes CJESMa Alençon (61)		
Ve	12						Préparation Examen Officiels Niv 2 et 3 Argentan (61)
Sa Di	13						Préparation Examen Officiels Niv 2 et 3 Gonfreville l'Orcher (76)
Sa Di	13 14		Challenge National Equip'Athlé MI Dreux (CEN)				
Sa Di	13 14		Coupe de France Obernai (G-E)				
Di	14	Match 10 km Route JU et ES ANG - FRA - ITA - POR Rennes (BRE)					
Sa Di	20 21	FRA des 24 Heures Albi (OCC)	Challenge National Equip'Athlé Cadets Angoulême (N-A)				

Du Au	20 23						Formations Entraîneurs Bases Athlétiques Val de Reuil
Di	21		Interclubs Promotion CA / JU Saint-Renan (BRE)				
Di	21	Match Interligues Hors Stade Mulhouse (G-E)	Interclubs Nationaux CA / JU Blois (CEN)				
Di	28	FRA Semi-Marathon Saint-Omer (H-F)					

NOVEMBRE.2018

J	Dates	Internationales	Nationales	Régionales	Départementales	Clubs	Autres
Je	1er					Cross de Colleville (76)	
Sa	3				Epreuves Ouvertes 276 Benjamins Val de Reuil		
Di	4				Epreuves Ouvertes 276 Minimes Val de Reuil		
Di	4				Triathlons BE/MI CDA 14 - Mondeville		
Sa	10					Kids Athlé Bellême (61)	
Di	11					Cross de Louviers (27) Montilly (61)	
Sa Di	10 11						Entraîneurs 1er degré -12 ans Val de Reuil
Sa Di	10 11						Entraîneurs Marche Nordique CRJS - Pt Couronne

Sa	17				Ep Combinées MI + Ep Ouvertes BE CDA 27 - Val de Reuil		Examen Officiels Niveau 2 Mondeville
Sa	17				Lancers Longs CDA 61 Flers		
Sa	17				Triathlons BE/MI CDA 14 - Mondeville		
Di	18				Ep Combinées MI + Ep Ouvertes BE CDA 76 - Val de Reuil		
Di	18				Triathlons BE/MI CDA 50 - Cherbourg		
Sa	24				Départementaux 76 Lancers Longs Sotteville	Cross de Bolbec (76)	
Sa	24					Epreuves Ouvertes Lancers Longs Aunay (14)	
Di	25				Départemental Cross Court Vernon) (27 Bretteville (14)		
Di	25				Départementaux Salle CJESMa CDA 28		
Sa Di	24 25						Entraîneurs 1er degré -12 ans Val de Reuil
Sa Di	24 25						Entraîneurs Marche Nordique CRJS - Pt Couronne
Me	28					Soirée EAMH CJESMa Mondeville	

Ve	30			Soirée Jesse Owens 1/2 Fond Sauts Hz - Poids Val de Reuil			
----	----	--	--	---	--	--	--

Vacances du 22/12/2018 au 07/01/2019

DÉCEMBRE.2018

J	Dates	Internationales	Nationales	Régionales	Départementales	Clubs	Autres
Sa	1er				Ep Combinées BE + Ep Ouvertes MI CDA 27 - Val de Reuil		Examen Officiels Niveau 2 Le Grand Quevilly
Sa	1er				Kids Athlé EA/PO Halle des Granges Caen		
Di	2			Régionaux Cross Court Château de Beauregard Hérouville (14)	Ep Combinées BE + Ep Ouvertes MI CDA 76 - Val de Reuil		
Di	2				Départementaux CDA 50 (Sauts Verticaux 50 + 50 haies) Granville		
Ve	7			Soirée Jesse Owens Sprint Sauts Verticaux Val de Reuil			
Sa	8				Inter Départementaux BE/MI Ep Combinées 14 / 50 / 61 Mondeville		
Sa	8				Départementaux CDA 14 / 61 (800-1500-3000) Mondeville	Triathlons BE/MI + Kids EA/PO Aube (61)	

Di	9	Champ. d'Europe de Cross-Country Tilburg (Pays-Bas)			Départementaux CDA 14 / 61 (sauf 1/2 Fond) Mondeville	Cross Alain Lavaud Evreux (27)	
Me	12						Académies UNSS Collèges Val de Reuil
Sa	15				Départementaux BE/MI - CDA 27 Val de Reuil	Meeting de l'ASCH Salle A. Mimoun Le Havre	
Sa	15				Départementaux CDA 14 Lancers Longs Aunay	Kids Athlé EA/PO Falaise (14)	
Di	16				Départementaux BE/MI - CDA 76 Val de Reuil	Cross Colombelle (14)	
Sa Di	15 16			Régionaux Ep Combinées CJESMa Mondeville			
Me	19						Académies UNSS Cross Zone EST - EU
Me	19					Meeting Perche BE à Ma AS PTT Rouen Saint Exupéry	Académies UNSS Collèges Mondeville
Ve	21			Soirée Jesse Owens 1/2 Fond Sauts Horizontx - Poids Val de Reuil			
Sa	22				Départementaux CDA 27 Lancers Longs Val de Reuil		

Sa Di	22 23			Pré Régionaux Salle CJESMa Mondeville			
----------	----------	--	--	---	--	--	--

JANVIER.2019

J	Dates	Internationales	Nationales	Régionales	Départementales	Clubs	Autres
Sa	5						Formations Officiels 1er et 2ème degré (Théorie) Val de Reuil
Sa Di	5 6			Pré Régionaux Salle CJESMa Val de Reuil ET Mondeville			
Me	9						Régionaux UGSEL CA/JU Mondeville
Ve	11			Soirée Jesse Owens Sprint Sauts Verticaux Val de Reuil			
Sa	12				Départementaux Cross CDA 61 Alençon		Formations Starters (Pratique) Val de Reuil
Di	13				Départementaux Cross CDA 14 - Lisieux CDA 27 - Pont Audemer CDA 50 - Cherbourg CDA 76 - Mesnil Esnard		
Di	13				Départementaux CJESMa 60 - 60 haies Sauts Horizontaux Cherbourg		

Sa Di	12 13		Pré-France Ep Combinées et Marche Mondeville				
Sa	19				Départementaux BE + Ep Ouvertes MI CDA 14 - Mondeville	Kids Athlé Mortagne au Perche	
Sa Di	19 20			Régionaux CJESMa Val de Reuil			
Me	23						Régionaux UGSEL BE/MI Mondeville
Sa	26				Départementaux MI + Ep Ouvertes BE CDA 14 - Mondeville	Cross Damville (27)	
Sa	26				Triathlon BE/MI Granville (50)		Championnats de France de Cross-Country UNSS Bordeaux (N-A)
Di	27			Meeting Régional ES/SE (BRE et NOR) Mondeville			

Vacances du 09/02/2019 au 25/02/2019

FÉVRIER.2019

J	Dates	Internationales	Nationales	Régionales	Départementales	Clubs	Autres
Ve	1er		Meeting de l'Eure CJESMa Val de Reuil				
Sa	2		Meeting de Mondeville CJESMa				
Sa	2			Régionaux Lancers Longs Aunay (14)			

Di	3			Régionaux de Cross Saint James (50)			
Sa Di	2 3		France Epreuves Combinées et Marche Rennes (35)				Championnats de France UNSS en Salle Liévin (H-F)
Je	7						Championnats de France UGSEL en Salle CA/JU Val de Reuil
Ve	8						Championnats de France UGSEL en Salle BE/MI Val de Reuil
Sa	9		Perche Elite Tour Rouen (76)		Triathlons BE/MI CDA 50 - Cherbourg		
Di	10					Meeting BE/MI AS PTT Rouen Saint Exupéry	
Sa Di	9 10		Pré France CJESMa Rennes (35)				
Sa Di	9 10		France ES (U23) et Nat en Salle Nantes (44)				
Sa	16					Meeting Lancers Longs Gonfreville l'Orcher	
Di	17		1/2 Finales France et Intercomités Cross MI Lisieux (14)				
Sa Di	16 17		France Elite en Salle Miramas (PACA)				
Sa	23			Régionaux Masters Mondeville			
Di	24			Régionaux Ep Combinées BE/MI Mondeville			

Sa Di	23 24		France CA/JU en Salle Liévin (H-F)				
Sa Di	23 24		France Lancers Longs Salon de Provence				
Me	27					Soirée EAMH CJESMa Mondeville	

MARS.2019

J	Dates	Internationales	Nationales	Régionales	Départementales	Clubs	Autres
Di	3			Régionaux Individuels BE/MI Lancers Longs BE/MI Val de Reuil			
Sa	9		Interligues MI Vittel (88)		Triathlons BE/MI L'Aigle (61)	Kids Athlé EA/PO Dives-sur-Mer (14)	
Di	10		Championnats de France de Cross Vittel (88)				
Du Au	15 17		France Masters Liévin (H-F)				
Di	17		Match Interligues Minimes Nantes (44)				
Di	17		France 20 et 50 km Marche Critérium National de Printemps des Jeunes Epinal (88)				
Sa	23					Kids Athlé EA/PO Halle d'Ornano Mondeville	AG LIGUE
Di	24			Match Intercomités BE/MI Mondeville			

CHAMPIONNATS RÉGIONAUX et COURSES A LABEL 2018 / 2019 DE NORMANDIE

Date	Epreuve 2019	Label	Championnat Régional
Vendredi 11 nov. 2018	Challenge Carrington - Louviers - 27	National	
Dimanche 25 nov. 2018	Cross de l'Odon - Bretteville sur Odon - 14	Régional	
Dimanche 02 déc. 2018	Cross de Beauregard - Hérouville Saint Clair - 14	Régional	
Dimanche 09 déc. 2018	Cross Alain Lavaud - Evreux - 27	Régional	
Dimanche 3 mars	10km Avranches - 50	Régional	Championnat 10 Km
Dimanche 17 mars	10km Elbeuf - 76	National	
Dimanche 17 mars	21km Elbeuf - 76	National	Championnat Semi-Marathon
Dimanche 17 mars	10km La Manche Libre - Bayeux - 14	Régional	
Dimanche 17 mars	21km Alain Buchart - Bayeux - 14	Régional	
Dimanche 24 mars	10km des Ecluses - Saint Lô - 50	Régional	
Dimanche 31 mars	10Km de Vernon - 27	Régional	
Dimanche 31 mars	Ekiden de Tourlaville - 50	Régional	

Date	Epreuve	Label	
Samedi 7 septembre	21km - semi de Bolbec - 76	Régional	
Dimanche 8 septembre	10km Madrie et Eure - Aubevoye - 27	Régional	
Dimanche 8 septembre	21km Madrie et Eure - Aubevoye - 27	Régional	
Dimanche 15 septembre	10km des 3 villes sœurs - Eu - 76	Régional	
Dimanche 15 septembre	21km des 3 villes sœurs - Eu - 76	Régional	
Dimanche 15 septembre	10km - Seine Marathon 76 - Rouen - 76	Régional	

Dimanche 28 septembre	L'Odyssée du Tue-Vaques 29,9km - Fermanville - 50	Régional	Championnat Trail court
Dimanche 6 octobre	Mondevillerun - Mondeville - 14	Régional	
Dimanche 13 octobre	10km "la vétérane" de Damigny - 61	Régional	
Dimanche 13 octobre	Ekiden Seine et Eure - Amfreville sur Iton - 27	Régional	Championnat Ekiden
Dimanche 13 octobre	42km Seine et Eure - Amfreville sur Iton - 27	Régional	
Dimanche 20 octobre	Trail La Roche d'Oëtre (85km) - St Philbert - 61		Championnat Trail long
Dimanche 20 octobre	10km Bois Guillaume - 76	Régional	
Dimanche 20 octobre	21km Bois Guillaume - 76	Régional	
Dimanche 2 novembre	Marche Nordique du Caen Ac - Bénouville - 14	National	Championnat Marche Nordique
En rouge les Labels Nationaux		-	En violet Championnats de Normandie

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 pointes.
- Il est impératif d'utiliser les poubelles prévues à cet effet pour y jeter les détritux.
- 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, seuls, aux 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 60m.
- 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 60m.
- **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 après chaque compétition.
- **Engagements** directement sur le site de la Ligue de Normandie d'Athlétisme pour le **Vendredi 8h00 précédant la compétition.**
- Pour les Championnats Régionaux des 19 et 20 Janvier, engagements uniquement auprès du Président de la CSO, le module d'engagement étant bloqué du fait des minimas : kerveillant.andre@neuf.fr
- **Officiels** : obligation de fournir un officiel par tranche de 10 athlètes engagés.
- **Minimas** :

Epreuves Combinées à Mondeville les 15 et 16 Décembre, pas de minimas, engagements sur le site de la LNA.

Epreuves Individuelles : athlètes classés en 2018

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

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		54.50	54.00		64.00	63.00
800m		2.05.00	1.58.00		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

CALENDRIER :

Rappel du calendrier pour les Meetings de clubs ou de Comités Départementaux :

- Me 28/11 à Mondeville, Soirée EAMH
- Ve 30/11 à VDR, Soirée J. Owens, 1/2 fond, sauts horizontaux, Poids, CD 27 et 76
- Di 2/12 à Granville, Départementaux sprint et sauts verticaux, CD 50
- Ve 7/12 à VDR, Soirée sprint et sauts verticaux CD 27 et 76
- Sa 8/12 à Mondeville, Départementaux 1/2 fond CD 14
- Di 9/12 à Mondeville, Départementaux CD 14 sauf 1/2 fond
- Ve 21/12 à VDR, Soirée J. Owens, 1/2 fond, sauts horizontaux, Poids, CD 27 et 76
- Ve 11/01 à VDR, Soirée J. Owens, sprint et sauts verticaux, CD 27 et 76
- Di 13/01 à Cherbourg, Départementaux sprint et sauts horizontaux CD 50
- Me 27/02 à Mondeville, Soirée EAMH

OFFICIELS :

Nombre d'officiels à fournir par club pour toutes les compétitions en salle (meeting clubs, pré-régionaux, régionaux sauf EC) :

- 1 officiel par tranche de 5 athlètes au moins de niveau départemental.

REGLEMENT :

Par décision de la CSO Régionale, les cadets qui ne sont pas autorisés à courir sur 400m ou 800m lors des Championnats de France ne le sont pas non plus lors des Championnats Départementaux, Régionaux ou Pré-France (les Pré-Régionaux sont considérés comme des Départementaux).

1^{ère} Journée des Pré-Régionaux en Salle

Mondeville – Samedi 22 Décembre 2018

ENGAGEMENTS :

Sur le site de la Ligue, avant le **Vendredi 21 – 8h00 dernier délai.**

JURYS :

A expédier à : Patrick Thimonier, patrick.thimonier50@gmail.com , avant le Jeudi 20 à 12h00 avec N° licence (1 jury par tranche de 5 athlètes et ceci jusqu'à 20 athlètes).

HORAIRES :

Courses	Horaire	Perche	Longueur	Triple saut
60 haies CF	13 h 30		CH	ESM F
60 haies JESF	13 h 45	H – F 1 ^{ère} barre 1,60 m		
60 haies CH	14 h 00			
60 haies JH	14 h 10			
60 haies ESH	14 h 15			
60m F 1 ^{ère} course	14 h 30		CF	JESM H
60m H 1 ^{ère} course	15 h 15			
	15 h 30	H – F barre >3,20 m	JESM F	CH
60m F 2 ^{ème} course	16 h 15			
60m H 2 ^{ème} course	17 h 00		JESM H	CF
800m F	18 h 00			
800m H	18 h 20			

Ossature du Jury :

Directeur de Compétition	
Directeur de Réunion	P. Thimonier
Juge Arbitre	P. Boivin
Juge Arbitre Départs	A. Voiriot
Starters	DD Kerveillant
Chrono Electrique	
Chambre d'Appel	
Secrétariat	
Animation	S. Lepoittevin

2^{ème} Journée des Pré-Régionaux en Salle Mondeville – Dimanche 23 Décembre 2018

ENGAGEMENTS :

Sur le site de la Ligue, avant le **Vendredi 21 – 8h00 dernier délai.**

JURYS :

A expédier à : Patrick Thimonier, patrick.thimonier50@gmail.com , avant le Jeudi 20 à 12h00 avec N° licence (1 jury par tranche de 5 athlètes et ceci jusqu'à 20 athlètes).

HORAIRES :

Courses	Horaire	Hauteur	Poids
3000 Marche F	12 h 00	F	CH
5000 Marche H	12 h 30		JH et MH
	12 h 45		
200m F	13 h 10		ES H
	13 h 30		
200m H	13 h 45	H	
1500m F	14 h 30		CF
1500m H	14 h 40		JESM F
400m F	15 h 00		
400m H	15 h 20		

Ossature du Jury :

Directeur de Compétition	
Directeur de Réunion	P. Thimonier
Juge Arbitre	P. Boivin
Juge Arbitre Départs	A. Voiriot
Starters	J. Desrues – M. Louvet
Juges de Marche	C. Vaugon – JP Hérault
Chrono Electrique	D. Lesénéchal
Chambre d'Appel	
Secrétariat	
Animation	S. Lepoittevin

3^{ème} Journée des Pré-Régionaux en Salle **Val de Reuil – Samedi 5 Janvier 2019**

ENGAGEMENTS :

Sur le site de la Ligue, avant le **Vendredi 4 – 8h00 dernier délai.**

JURYS :

A expédier à : kerveillant.andre@neuf.fr avant le Jeudi 3 – 12h00 avec N° licence
(1 jury par tranche de 5 athlètes et ceci jusqu'à 20 athlètes).

HORAIRES :

Courses	Horaire	Hauteur	Longueur	Triple saut	Poids
3000 Marche F	13 h 30		CF		JESM F
5000 Marche H	13 h 55			JESM H	
800m F	14 h 35		JESM F		CH - JH
800m F	14 h 50			CH	
60m F 1 ^{ère} course	15 h 15				
	15 h 30				ESM H
60m H 1 ^{ère} course	16 h 00	F			
60m F 2 ^{ème} course	17 h 00				CF
60m H 2 ^{ème} course	17 h 40				
1500m F	18 h 30				
1500m H	18 h 35				

Ossature du Jury :

Direction de Compétition	VRAC
Directeur de Réunion	DD Kerveillant
Juge Arbitre Courses	JM Nicolas
Juge Arbitre Concours	D. Lesoeur
Juge Arbitre des Départs	A. Voiriot
Starters	O. Duval – M. Louvet
Chrono Electrique	G. Deletoille – JC Bretteville – M. Begin
Chambre d'Appel	JY Hurtevent – S. Fauveau
Secrétariat	V. Le Boucher – C. Louvet
Animation	V. Longuemare - Coordination : S. Lepoittevin
Juges de Marche	JC Hurel – H. Pannier

3^{ème} Journée des Pré-Régionaux en Salle Mondeville – Samedi 5 Janvier 2019

ENGAGEMENTS :

Sur le site de la Ligue, avant le **Vendredi 4 – 8h00 dernier délai.**

JURYS :

A expédier à : Patrick Thimonier, patrick.thimonier50@gmail.com, avant le Jeudi 3 – 12h00 avec N° licence (1 jury par tranche de 5 athlètes et ceci jusqu'à 20 athlètes).

HORAIRES :

Courses	Horaire	Longueur	Triple saut	Perche
3000 Marche F	13 h 30	CH	JESM F	H – F 1 ^{ère} barre 3,20 m
5000 Marche H	13 h 55			
800m F	14 h 35			
800m F	14 h 50	JESM H	CF	
60m F 1 ^{ère} course	15 h 15			H 1 ^{ère} barre 1,60 m
	15 h 30			
60m H 1 ^{ère} course	16 h 00			
60m F 2 ^{ème} course	17 h 00			
60m H 2 ^{ème} course	17 h 40			
1500m F	18 h 20			
1500m H	18 h 25			

Ossature du Jury :

Directeur de Compétition	
Directeur de Réunion	P. Thimonier
Juge Arbitre Courses	P. Caugant
Juge Arbitre Concours	
Starters	J. Desrues
Juges de Marche	C. Vaugon – JP Hérault
Chrono Electrique	
Chambre d'Appel	
Secrétariat	
Animation	Coordination : S. Lepoittevin

4^{ème} Journée des Pré-Régionaux en Salle **Val de Reuil – Dimanche 6 Janvier 2019**

ENGAGEMENTS :

Sur le site de la Ligue, avant le **Vendredi 4 – 8h00 dernier délai.**

JURYS :

A expédier à : kerveillant.andre@neuf.fr avant le Jeudi 3 – 12h00 avec N° licence (1 jury par tranche de 5 athlètes et ceci jusqu'à 20 athlètes).

HORAIRES :

Courses	Horaire	Hauteur	Longueur	Triple saut	Perche
60 haies CF 1 ^{ère} course	12 h 00				H-F 1 ^{ère} barre 3,20 m
60 haies JESM F	12 h 15				
60 haies CH	12 h 30	JESM H		CF	
60 haies JH	12 h 40		CH		
60 haies ESM H	12 h 45				
60 haies CF 2 ^{ème} course	13 h 00				
60 haies JESM F	13 h 15				
60 haies CH	13 h 30			JESM F	
60 haies JH	13 h 40				H-F 1 ^{ère} barre 1,60 m
60 haies ESM H	13 h 45				
200m F	14 h 00	CH	JESM H		
200m H	14 h 45				
400m F	15 h 45				
400m H	16 h 05				
Relais 4 x 200 m C/J F - H	16 h 30				

Ossature du Jury :

Direction de Compétition	VRAC
Directeur de Réunion	DD Kerveillant
Juge Arbitre Courses	A. Bouilloux
Juge Arbitre Concours	
Juge Arbitre des Départs	A. Voiriot
Starters	M. Louvet – O. Duval
Chrono Electrique	G. Deletoille – JC Bretteville – M. Begin
Chambre d'Appel	JY Hurtevent – S. Fauveau
Secrétariat	C. Louvet – V. Le Boucher
Animation	A. Lelant – V. Longuemare

4^{ème} Journée des Pré-Régionaux en Salle Mondeville – Dimanche 6 Janvier 2019

ENGAGEMENTS :

Sur le site de la Ligue, avant le **Vendredi 5 – 8h00 dernier délai.**

JURYS :

A expédier à : Patrick Thimonier, patrick.thimonier50@gmail.com, avant le Jeudi 4 à 14h00 avec N° licence (1 jury par tranche de 5 athlètes et ceci jusqu'à 20 athlètes).

HORAIRES :

Courses	Horaire	Hauteur	Longueur	Triple saut	Poids
60 haies CF 1 ^{ère} course	12 h 00				CF
60 haies JESM F	12 h 15				
60 haies CH	12 h 30			CF	
60 haies JH	12 h 40		CH		
60 haies ESM H	12 h 45				
60 haies CF 2 ^{ème} course	13 h 00				CH - JH
60 haies JESM F	13 h 15				
60 haies CH	13 h 30			JESM F	
60 haies JH	13 h 40				
60 haies ESM H	13 h 45				
200m F	14 h 00	H - F	JESM H		ESM H
200m H	14 h 45				
400m F	15 h 45				JESM F
400m H	16 h 05				

Ossature du Jury :

Directeur de Compétition	
Directeur de Réunion	P. Thimonier
Juge Arbitre Courses	P. Caugant
Juge Arbitre Concours	
Starters	
Chrono Electrique	D. Lesénéchal
Chambre d'Appel	
Secrétariat	
Animation	Coordination : S. Lepoittevin

Championnats Régionaux d'Épreuves Combinées Mondeville - Samedi 15 et Dimanche 16 Décembre 2018

ENGAGEMENTS :

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

Idem pour les épreuves ouvertes

JURYS :

A expédier à Éric Vastel, riton50042@orange.fr, avant le Jeudi 13 à 8h00 avec N° licence.

HORAIRE du Samedi 15

	CAM	JUM - ESM	SEM	Epreuves Ouvertes
13 h 00	60m			
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				
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

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.

HORAIRE du Dimanche 16

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 – 15 & 16 Décembre 2018**

Ossature du Jury :

	Samedi 15	Dimanche 16
Directeur de Compétition	E. Vastel	E. Vastel
Directeur de Réunion	DD Kerveillant	DD Kerveillant
Juge Arbitre		
Starters		
Chrono Electrique	D. Lesénéchal	
Chambre d'Appel		
Secrétariat		
Animation	S. Lepoittevin	S. Lepoittevin
Juges de Marche		

Championnats de Normandie en Salle

Cadets – Juniors – Espoirs – Seniors – Masters

Date : Samedi 19 et Dimanche 20 Janvier 2019

Lieu : Salle Jesse Owens à Val de Reuil

Participation :

- Tous les athlètes ayant réalisé les minimas de la grille ci-dessous seront qualifiés, minimas à réaliser durant la saison hivernale 2018 / 2019 et au plus tard le Dimanche 13 Janvier 2019. 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 Lundi 14 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 15 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 minimas des Masters sont identiques à ceux de la catégorie Cadets. 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, séries et finales :
 - 1^{er} tour, séries de niveaux en fonction des temps du bilan, toutes catégories confondues.
 - 2^{ème} tour, finales 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** :
 - Par décision de la CSO, séries par catégories. Finales TCC de niveaux.
 - Séries constituées en fonction des temps d'engagements. 2^{ème} course TCC 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

Dans la mesure du possible, les couloirs 1 et 2 ne seront pas utilisés.

Grille des Minimas

MINIMAS REGIONAUX EN SALLE 2019										
Epreuves	CH	JH	EH	SH	MH	CF	JF	EF	SF	MF
60	7,8	7,8	7,7	7,7	7,9	8,8	8,8	8,8	8,8	8,8
200	25,8	25,3	25	24,8	25,8	29,5	29,2	29,2	29	29,5
400	X	58	57	56	60	X	72	70	70	74
800	X	2'12	2'10	2'08	2'12	X	2'45	2'45	2'45	2'45
1500	X	4'30	4'25	4'25	4'30	X	5'40	5'30	5'30	5'40
3000				10'00					11'30	
60 haies	10,24	10,14	10,14	10,14	10,24	11,24	11,04	11,04	11,04	11,24
Marche	30'	29'	28'30	28'	30'	20'	20'	19'30	19'	20'
Hauteur	1,60 m	1,65 m	1,70 m	1,75 m	1,60 m	1,40 m				
Longueur	5,50 m	5,60 m	5,70 m	5,70 m	5,50 m	4,60 m	4,70 m	4,70 m	4,70 m	4,60 m
Perche	3,40 m	3,50 m	3,60 m	3,60 m	3,40 m	2,50 m	2,50 m	2,60 m	2,60 m	2,50 m
Triple - Saut	11 m	9,30 m	9,40 m	9,50 m	9,50 m	9,30 m				
Poids	10 m	8,50 m	8,50 m	8,50 m	8,50 m	8,50 m				

(*) - Comme aux Pré-France, le 1500m est ouvert sur inscription pour la catégorie Juniors, mais sans podiums.

Titres décernés :

Dans toutes les courses et concours, il sera attribué :

- 1 podium scratch (3 médailles)
- 1 podium Cadets, 1 podium Juniors et 1 podium Espoirs (3 médailles dans chaque catégories).

Les Masters participent aux Championnats Régionaux dans la catégorie Seniors, avec des haies Seniors, lancent les engins de la catégorie Seniors et peuvent prétendre au podium scratch.

JURY : postes principaux désignés par la CSO :

- **Samedi 19 Janvier**

Direction de Compétition	VRAC
Directeur de Réunion	DD Kerveillant
Juge-Arbitre Courses	JM Nicolas
Juge-Arbitre Concours	A. Bouilloux
Juge-Arbitre des Départs	A. Voiriot
Starters	O. Duval – M. Louvet
Animation	V. Longuemare – N. Picard
Chrono Electrique	JC Bretteville – B. Maline
Secrétariat	C. Louvet – V. Le Boucher
Chambre d'Appel	JY Hurtevent – MT Pouchet – S. Fauveau
Contrôle Anti-doping	JL Laporte
Protocole	A. Voiriot – AM Alliouz

- **Dimanche 20 Janvier**

Direction de Compétition	VRAC
Directeur de Réunion	DD Kerveillant
Juge-Arbitre Courses	A. Bouilloux
Juge-Arbitre Concours	P. Boivin
Juge-Arbitre des Départs	A. Voiriot
Starters	O. Duval – M. Louvet
Animation	V. Longuemare – A. Lelant
Chrono Electrique	JC Bretteville – B. Maline – M. Begin
Secrétariat	V. Le Boucher – C. Louvet
Chambre d'Appel	JY Hurtevent – MT Pouchet – S. Fauveau
Juges de Marche	H. Pannier – JC Hurel
Contrôle Anti-doping	JL Laporte
Protocole	A. Voiriot – AM Alliouz

Demandes de Qualifications Exceptionnelles

CLUB :

Demande la qualification exceptionnelle des athlètes suivants pour les Régionaux en salle des 19 et 20 Janvier 2019 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 **Lundi 14 Janvier 20h00 dernier délai.**

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

HORAIRE du Samedi 19 Janvier 2019

COURSES	Horaire	Hauteur	Longueur	Triple saut	Perche	Poids
60m Femmes séries	14 h 30					JH
60m Hommes séries	15 h 20	CF	JESM F (*)		F 1 ^{ère} barre 2,20 m	
60m Femmes finales	16 h 30			JESV H		CH
	17 h 00				F 1 ^{ère} barre 3,00 m	
60m Hommes finales	17 h 15					
	17 h 30	JESM F	CF			
1500m Femmes	18 h 15			CH		ESM 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 20 Janvier 2019

COURSES	Horaire	Hauteur	Longueur	Triple saut	Perche	Poids
3000m Marche Femmes	9 h 30					
5000m Marche Hommes	10 h 30					
200 Femmes séries	11 h 45					
200 Hommes séries	12 h 30			JESM F		CF
	13 h 00				H 1 ^{ère} barre 3,20 m	
60 haies CF séries	13 h 50		JESM H (*)			
60 haies JESMa F	14 h 00					
60 haies CH	14 h 10					
60 haies J H	14 h 20	CH				
60 haies ES H	14 h 25					
60 haies CF	14 h 35					JESM F
60 haies JESMa F	14 h 45					
60 haies CH	14 h 55			CF		
60 haies JH	15 h 05					
60 haies ES H	15 h 10				H 1 ^{ère} barre 3,90 m	
800m Femmes	15 h 35	JESM H				
800m Hommes	15 h 55		CH			
200m Femmes Finales	16 h 25					
200m Hommes Finales	17 h 00					
3000m Femmes	17 h 45					
3000m Hommes	17 h 45					
Relais 4 x 200m CH/CF JH/JF	18 h 00					

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

Meeting Régional Espoirs – Seniors Mondeville – Dimanche 27 Janvier 2019

L'organisation de ce meeting a été décidée par la CSO Régionale afin de donner une occasion supplémentaire aux Espoirs et Seniors de réaliser les minimas pour les Championnats de France Espoirs et Nationaux des 9 et 10 Février 2019 à Nantes.

Les Cadets et Juniors peuvent participer et s'engager sur les minimas des Pré-France Seniors.

Engagements :

Sur le site de la Ligue avant le **Vendredi 25 – 8h00 dernier délai.**

Horaire :

Courses	Horaire	Hauteur	Longueur	Perche	Triple	Poids
60m F	12 h 00			F - H		
60m F	12 h 15					
60 haies F	12 h 40		F		H	
60 haies H	12 h 50					
60m F	13 h 00					
60m H	13 h 15					
800m F	13 h 30					
800m H	13 h 40					
200m F	14 h 00	F - H	H		F	F
200m H	14 h 15					
1500m F	14 h 45					
1500m H	14 h 55					H
400m F	15 h 15					
400m H	15 h 30					

Ce meeting est Interrégional et donc ouvert également aux athlètes Bretons.

Ossature du Jury :

Directeur de Compétition Directeur de Réunion Juge Arbitre Starters Chrono Electrique Chambre d'Appel	P. Thimonier D. Lesénéchal
Secrétariat Animation	Coordination : S. Lepoittevin

Championnat de Normandie Masters MONDEVILLE – Samedi 23 Février 2019

La CSO Régionale et la Commission Régionale des Masters ont décidé d'organiser cet hiver, un 1^{er} Championnat de Normandie réservé aux Masters. Cette compétition sera également ouverte aux athlètes des Pays de la Loire et de Bretagne.

Engagements : Pour le Mardi 19 Février, 20h00 dernier délai, sur le site de la Ligue de Normandie.

Horaire : Cet horaire pourra être modifié en tenant compte du nombre d'engagés à l'heure ci-dessus. Le nouvel horaire, si c'est le cas paraîtra sur le site de la Ligue le Vendredi 22 au matin.

Courses	Horaire	Hauteur	Longueur	Triple	Perche	Poids
60m Femmes	16 h 00				H – F	
60m Hommes	16 h 20		F	H		
800m Femmes	16 h 45	H – F				F
800m Hommes	17 h 00		H	F		
400m Femmes	17 h 30					H
400m Hommes	17 h 45					
3000m Femmes	18 h 00					
3000m Hommes	18 h 00					

Possibilité de finales sur 60m.

Jury :

Directeur de Compétition	C. Siffre (Pdt CR Masters)
Directeur de Réunion	
Juge Arbitre	DD Kerveillant
Starters	M. Louvet
Chrono Electrique	D. Lesénéchal
Chambre d'Appel	
Secrétariat	
Animation	

CROSS-COUNTRY

Championnat de Normandie de Cross Court Dimanche 2 Décembre 2018 Château de Beauregard – HÉROUVILLE SAINT CLAIR (14)

Horaires :

- 13 h 30 : Cross Court Femmes – 4030 m
- 14 h 00 : Cross Court Hommes – 4030 m

Engagements :

Sur le site du Comité Départemental du Calvados d'Athlétisme avant le **Judi 29 Novembre 8h00 dernier délai.**

Le cross court est réservé aux athlètes « licenciés compétition » Espoirs, Seniors ou Masters et les inscriptions sont gratuites.

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.

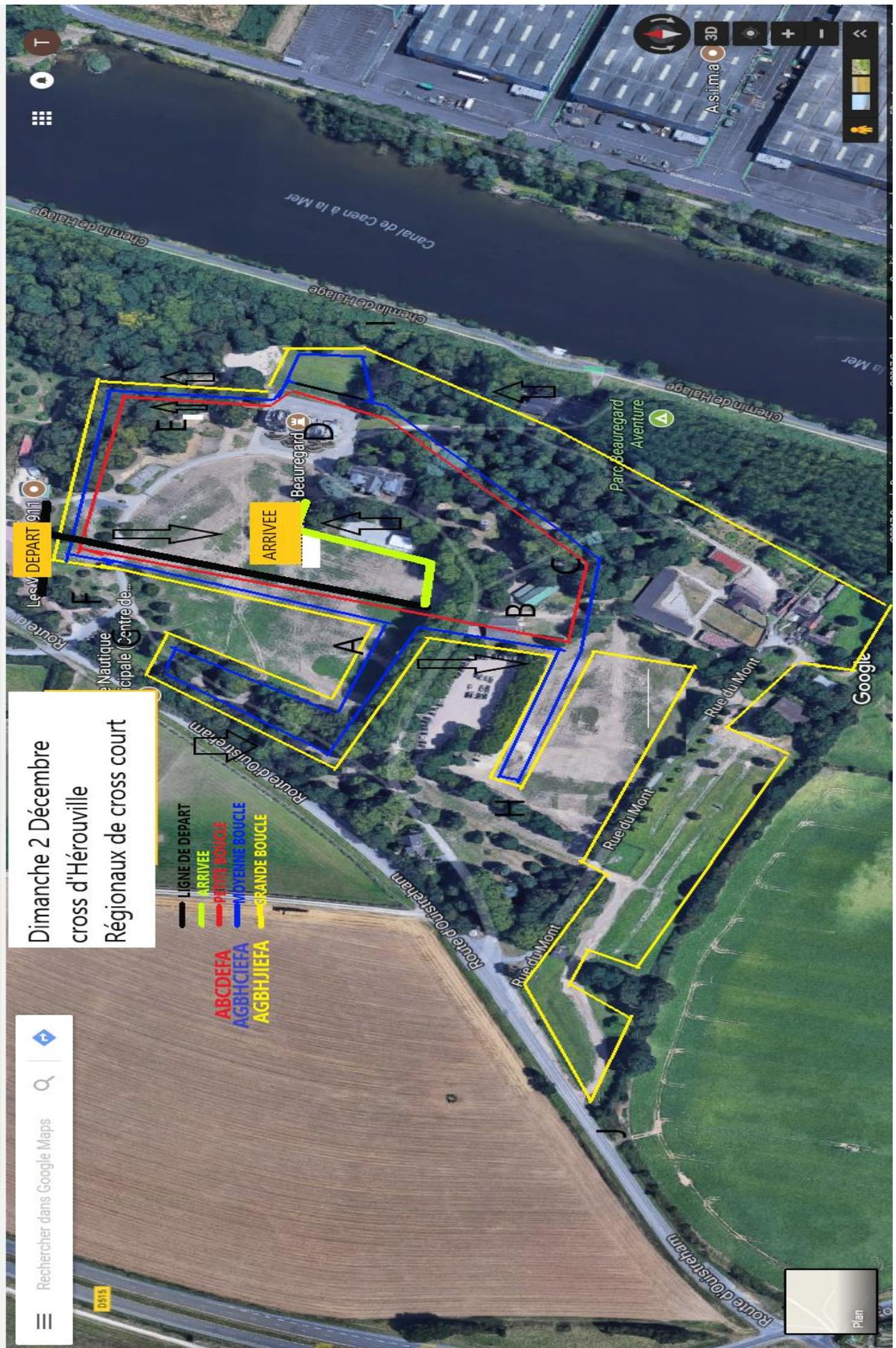
Jury :

Directeur de Compétition	Thierry Leroux (SCHA)
Juge Arbitre	DD Kerveillant
Starters	Z. Roussel
Chronométrateurs	A. Laumaillee
Arrivées	SCHA + CD 14
Secrétariat	P. Venendy – S. Lescot
Animation	Coordination I. Raca
Protocole	A. Voiriot – P. Caugant

Qualifications aux ½ finales des Championnats de France :

- En Femmes : 13 équipes et 40 individuelles.
- En Hommes : 15 équipes et 40 individuels.

Tous renseignements supplémentaires sur le site du SCH Athlétisme



Dimanche 2 Décembre
 cross d'Hérouville
 Régionaux de cross court

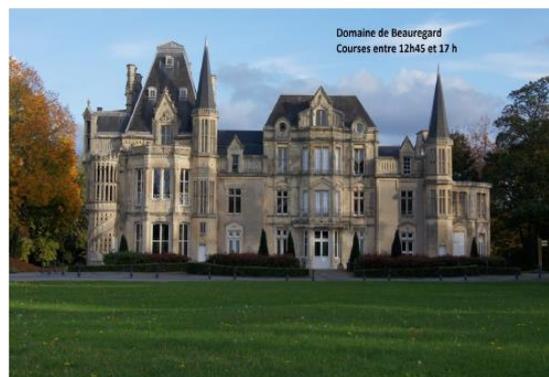
- LIGNE DE DEPART
 - ARRIVEE
 - PETITE BOUCLE
 - MOYENNE BOUCLE
 - GRANDE BOUCLE
- A B C D E F A**
A G B H C I E F A
A G B H J I E F A

DIMANCHE 2 DECEMBRE 2018

**56ème CROSS
HEROUILLE SAINT CLAIR
Régionaux de cross court**

Les engagements pour les clubs
FFA sont à effectuer avec le module
engagement du site du Comité du
Calvados athlétisme

Pour les non licenciés par mail
schathe@orange.fr
renseignements :
Tél : 0608167257



Site Internet :
<http://sch.athle.com>



**PROGRAMME CROSS DE BEAUREGARD
HEROUILLE SAINT CLAIR**

HORAIRES ET DISTANCES 2018

COURSE	HEURE	CATEGORIE	DISTANCE	PARCOURS
A	12H40	ECOLE ATHLETISME G ET F	5'	animation
B	12H55	POUSSINE	1000 m	LD+1PB+LA
C	13H10	POUSSIN	1000 m	LD+1PB+LA
D	13H30	REGIONAUX CROSS COURT F	4030 m	LD+1MB+1GB+ LA
E	14H00	REGIONAUX CROSS COURT H	4080 m	LD+1MB+1GB+ LA
F	14H25	BENJAMINE	1730 m	LD+2PB LA
G	14H40	BENJAMIN / MINIME FILLE	2410m	LD+1PB+1MB+LA
H	15H00	MINIME GARCON /CADETTE	3350 m	LD+1PB+1GB+LA
I	15H25	CADET/ JUNIORS F	4030 M	LD+1MB+1GB+LA
J	15H45	JUNIORS H ESPOIR /SENIORS F / MASTER F	5700 m	LD+1PB+2GB+LA
		ESPOIR / SENIORS H /MASTER H	8050m	LD+1PB+3GB

LD	Ligne départ	210m
LA	Ligne arrivée	60m
PB	Petite boucle	730m
MB	Moyenne boucle	1410m
GB	Grande boucle	2350m

Le Cross est ouvert

- A tous les licenciés FFA inscription gratuite par le club site CD14

- Aux non licenciés sous leur responsabilité sur présentation d'un
certificat médical d'aptitude à la course à pied en compétition datant de
moins d'un an par mail : schathe@orange.fr
Inscription:5€ (à partir de cadets /cadettes),

Championnats de Normandie de Cross
Dimanche 3 Février 2019
Rue de Haie de Terre – SAINT JAMES (50)

QUALIFICATIONS :

Tous les athlètes classés lors des Championnats Départementaux des 12 et 13 Janvier sont qualifiés pour ces Régionaux. **Ceci est valable aussi exceptionnellement cette année pour la catégorie Masters.**

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€.

- **Pour les athlètes des catégories CJESM cette caution est remboursable si l'athlète se qualifie ensuite pour les ½ Finales des Championnats de France.**
- **Pour les athlètes des catégories B et M, cette caution est remboursable si l'athlète participe et est classé le jour des Régionaux.**

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 16 Janvier** (sauf les QE qui seront rajoutées le Lundi 21).

Les clubs auront jusqu'au **Lundi 28 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 et du CD, tout dossard non retiré quelle que soit la catégorie, sera facturé aux clubs 10 €.

Equipes : Dans toutes les catégories, les clubs ayant une équipe classée lors des Départementaux (et donc qualifiée pour les Régionaux), avec seulement 4 (ou 5 athlètes), aura la possibilité d'ajouter 2 (ou 1) athlètes supplémentaires pour les Régionaux. Les inscriptions de ces athlètes en plus doivent se faire auprès du Président de la CSO (kerveillant.andre@neuf.fr) avant le Lundi 28 Janvier 14h00 dernier délai.

Qualifications aux ½ Finales des Championnats de France :

Les demandes de qualifications exceptionnelles pour les 1/2 Finales sont à déposer le jour des Régionaux avant 17h30 auprès du Président de la CSO Régionale, accompagnées d'un chèque de caution de 30€.

Quota de qualifiés aux 1/2 Finales pour la Normandie :

	CF	JF	CCF	Elite F	CH	JH	CCH	Elite H	Masters H
Equipes	7	8	13	11	11	9	15	16	17
Individuels	50	47	40	62	54	50	40	43	49

Critérium Masters et 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 2019, uniquement licences « athlé compétition », « 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.

Dans la même course, la Ligue organise un critérium réservé aux V2, V3, etc. avec attribution de titre individuel. Cette course est ouverte aux Masters qui s'ils sont qualifiés pour la course Masters devront choisir leur course.

Inscriptions sur le site de la Ligue pour **le Lundi 28 Janvier – 14h00**, dernier délai.

Horaire : 10 h 30

Toutes infos supplémentaires sur le site du club GDM Saint James.
<http://gdmsaintjames.athle.fr/>.

JURY

Directeur de Compétition	JL Hezeau (Pdt GDM Saint James)
Directeur de Réunion	DD Kerveillant
Juge Arbitre Général	S. Collette
Juge Arbitre Arrivée	P. Gougeon
Juge Arbitre Parcours :	
Point A :	A. Bouilloux
Point C et F :	JJ Nouet
Point D :	T. Collignon
Point E et J :	D. Adast
Starters	M. Louvet – Z. Roussel – P. Duchesne
Chronométreurs	G. Vidal + CD 50
Arrivées	P. Julien – L. Vaintan – T. Desvallees + CD 50
Navettes – Affichages – Juges de parcours	GDM Saint James
Secrétariat	D. Benard – J. Prodhomme
Distribution des dossards	GDM Saint James – P. Thimonier
Animation	I. Raca – N. Picard – JY Hurtevent
CAD	J.L. Laporte
Protocole	A. Voiriot (Pdt LNA) – JL Hezeau (Pdt GDM St James) – M. Joret (Pdt CD 50) – AM Alliouz

Championnats de Normandie de Cross-Country
Parc des Sports Municipal – Rue Haie de Terre
SAINT JAMES (50)

Boucles :

Boucle de départ : Départ BCFA = 755 m
 Petite Boucle : ABCDEFA = 980 m
 Moyenne Boucle : ABCDGIJEFA = 1350 m
 Grande Boucle : ABCDGHJKEFA = 2200 m
 A → arrivée : 345 m

HORAIRES ET PARCOURS :

La boucle de départ se termine au point A à la bifurcation vers la ligne d'arrivée et toutes les boucles partent et se terminent en ce point A.

Course	Horaire	Catégorie	Boucle départ	Petite Boucle	Moyenne Boucle	Grande Boucle	Arrivée	Distance
Longueur des boucles			755 m	980 m	1350 m	2200 m	345 m	
1	10 h 30	Open V2 V3...	1		2	1	1	6000 m
2	11 h 15	Ma H	1		1	3	1	9050 m
3	12 h 10	BF	1	1			1	2080 m
4	12 h 25	BG	1		1		1	2450 m
5	12 h 55	MF	1		1		1	2450 m
6	13 h 20	MG	1	1	1		1	3430 m
7	13 h 45	CF	1	1	1		1	3430 m
8	14 h 15	CH / JF	1		1	1	1	4650 m
9	14 h 50	JH	1		2	1	1	6000 m
10	15 h 20	Elite F	1			3	1	7700 m
11	16 h 10	Elite H	1		1	3	1	9050 m

Championnat Régional de Cross-Country SAINT JAMES – 3 Février 2019

Ensemble des boucles



DEMANDE DE QUALIFICATION EXCEPTIONNELLE

Pour les Régionaux ou les 1/2 Finales de Cross

Championnats Régionaux de Cross de Normandie - 3 Février à SAINT JAMES (50)

1/2 Finales des Championnats de France de Cross - 17 Février à Lisieux (14)

(Barrer mention inutile)

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

Le demandeur :

A déposer avant 17h30, le jour des Départementaux (pour les Régionaux) ou le jour des Régionaux (pour les 1/2 Finales). Demande accompagnée d'un chèque de caution de 30 € (1 chèque par demande à l'ordre de la LNA), caution remboursée pour les CJESM, si l'athlète se qualifie aux 1/2 Finales des Championnats de France ou aux Championnats de France et pour les B et M, si l'athlète participe et est classé lors des Régionaux.
Cette demande est à déposer auprès du Président de la CSO concernée.

1/2 Finales des Championnats de France de Cross-Country
Hippodrome de Lisieux
Rue Edouard Branly – LISIEUX (14)
17 Février 2019

Horaires et parcours ci-dessous.

JURY :

Directeur de Compétition	D. Retout (Pdt du CA Lisieux)
Directeur de Réunion	DD Kerveillant
Juge Arbitre Général	D. Lesoeur
Juge Arbitre Arrivée	S. Collette
Juge Arbitre Parcours :	
Point A :	JM Nicolas
Point C :	D. Adast
Point D + Départ :	P. Gougeon
Point E :	A. Bouilloux
Responsable technique du parcours	G. Renaud (CA Lisieux)
Starters	M. Louvet – Z. Roussel – J. Desrues – V. Zimniewski
Chronométrateurs	A. Lemaillée + CD 14
Arrivées	P. Julien – H. Lemaillée + CD 14
Navettes – Affichages – Juges de parcours	CA Lisieux
Secrétariat	V. Le Boucher + CD 14
Distribution des dossards	CA Lisieux – P. Thimonier
Animation	A. Lelant – I. Raca
CAD	JL Laporte
Protocole	A. Voiriot (Pdt LNA) – D. Retout (Pdt CA Lisieux) – P. Caugant (Pdt CD 14) – AM Alliouz

Qualifications aux Championnats de France :

	CF	JF	EF	Elite F	Ma F	CCF	CH	JH	EH	Elite H	Ma H	CCH
Indiv.	32	24	9	28	16	16	21	33	10	25	49	25
Equipes	5	6		4		3	4	4		4	4	4

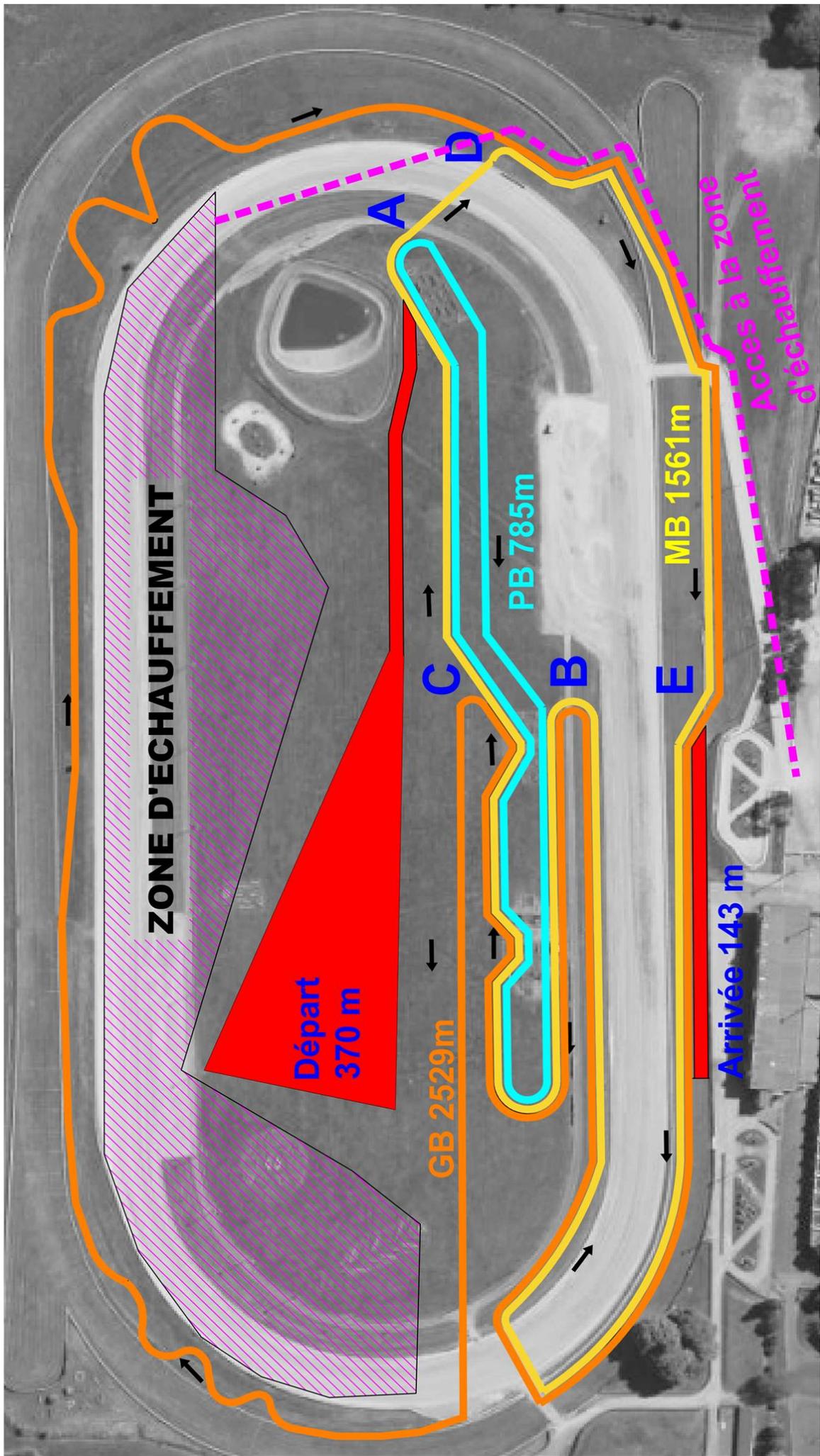
Le nombre d'individuels indiqué en EF, MaF et EH désigne le nombre d'individuels qualifiés dans ces catégories en plus des qualifiés de ces catégories en Elite H (25) ou F (28).

Tous renseignements complémentaires (localisation du site, parkings, distribution des dossards, etc.) sur le site du CA Lisieux :

<https://calathle.fr/component/content/?id=14&Itemid=133>.

1/2 finales du championnat de France à Lisieux -17/02/2019

		Horaires	Départ	PB 785	MB 1561	GB 2529	AE	Arrivée	Distance total
Master homme		11h00	370		1 1 561	3 7 587	365	143	10 026
Inter comités minime fille		11h50	370	1 785	1 1 561		365	143	3 224
Inter comités minime garçon		12h10	370		2 3 122		365	143	4 000
Cadette		12h30	370		2 3 122		365	143	4 000
Cross Court F		13h00	370		2 3 122		365	143	4 000
Cross Court H		13h20	370		2 3 122		365	143	4 000
Cadet		13h40	370		3 4 683		365	143	5 561
Junior fille		14h05	370		1 1 561	1 2 529	365	143	4 968
Junior garçon		14h40	370		2 3 122	1 2 529	365	143	6 529
Elite femme		15h20	370	1 785	1 1 561	2 5 058	365	143	8 282
Elite homme		16h10	370		1 1 561	3 7 587	365	143	10 026



LANCERS LONGS

Calendrier :

Samedi 17 Novembre à Flers – CD 61

Samedi 24 Novembre à Aunay sur Odon – Meeting ALAVE

Samedi 24 Novembre à Sotteville – CD 76

Samedi 15 Janvier à Aunay sur Odon – CD 14

Samedi 22 Janvier à Val de Reuil – CD 27

Samedi 16 Février à Gonfreville L'Orcher – Meeting ESMGO

Championnat Régional le Samedi 2 Février 2019 à Aunay sur Odon (14)

Stade Roger Basset, route de la Faucterie

<u>13 h 30</u>	Javelot CJESM F	Javelot CJESM H	Hors championnats Marteau B/M H et F
<u>14 h 30</u>	Marteau CJESM F	Marteau CJESM H	
<u>15 h 30</u>	Disque CJESM F	Disque CJESM H	Hors championnats Disque B/M H et F

Engagements : Sur le site de la Ligue pour le Mercredi 30 Janvier – 22h00. Pas de minimas.

Remarques :

- Pensez à amener des engins personnels (marteaux et javelots).
- Noms des jurys à expédier à alav@wanadoo.fr (1 officiel par tranche de 4 athlètes).
- Les Masters lancent les engins de la catégorie Seniors – Championnat Régional.

Jury :

Directeur de Compétition	R. Basset
Délégué CSO	D. Cognard
Juge arbitre	
Secrétariat	Alav
Animation	



Soirée Jesse Owens INDOOR Demi-Fond + Sauts Horizontaux + Poids



Vendredi 30 Novembre 2018

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 TCF	E.S.MaH	C.J. H.	Cadettes			TC F.
20h00	5000m Marche TCH						
20h40	800m TC H JU et +)						
21h00	800m TCF			J.E.S MaF	TC H.	TC F.	TC H.
21h20	1500m TCH						
21h40	1500m TCF						
21h50	3000m TCH						
22h10	3000m TCF						

Ossature de base des Jurys :

Directeur de la Compétition	
Directeur de la Réunion	
Juge Arbitre Général	
Juges Arbitres des Concours	
Secrétariat	
Chambre d'Appel	
Animation	
Starters	
Chrono Electrique	
Chronométreurs Manuels	
Juges Marche	

Règlement de la compétition :

Les engagements des athlètes et des jurys sont à faire sur le site du CDA27 jusqu'au **Judi 29 novembre – 20h00**.

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.

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 Jesse Owens INDOOR Sprint/ Haies + Sauts verticaux

Vendredi 07 Décembre 2018

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	Hauteur		Perche	
		Courses	Sautoir 1		Sautoir 2
		19h30	60m TCF		TCF < à 1.40m
20h00	60m TCH				
20h30	60m haies Cadettes				
20h40	60m haies Jun. Esp. Sen et MaF				
20h50	60m haies Cadets				
21h00	60 haies Juniors H. et MaH	TCH < à 1.60m	TCH > à 1.60m	TCH	
21h10	60m haies Esp. et Sen H.				
21h50	200m TCH				

Ossature de base des Jurys :

Directeur de la Compétition	
Directeur de la Réunion	
Juge Arbitre Général	
Juges Arbitres des Concours	
Secrétariat	
Chambre d'Appel	
Animation	
Starters	
Chrono Electrique	
Chronométrateurs Manuels	

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 **Judi 6 Décembre – 20h00**.

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 = 4 Jurys – + de 30 = 5 Jurys.



Soirée Jesse Owens INDOOR Demi-Fond + Sauts Horizontaux + Poids



Vendredi 21 décembre 2018

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.MaH	C.J. H.	Cadettes			TCF
20h00	5000m Marche TC H.						
20h40	800m TCH (JU et +)						
21h00	800m TCF			J.E.S MaF	TCH	TCF	TCH
21h20	1500m TCH						
21h40	1500m TCF						
21h50	3000m TCH						
22h10	3000m TCF						

Ossature de base des Jurys :

Directeur de la Compétition	
Directeur de la Réunion	
Juge Arbitre Général	
Secrétariat	
Chambre d'Appel	
Animation	
Starters	
Chrono Electrique	
Chronométrateurs Manuels	
Juges de Marche	

Règlement de la compétition :

Les engagements des athlètes et des jurys sont à faire sur le site du CDA27 jusqu'au **Judi 20 Décembre – 20h00**.

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

Le nombre d'essai au poids sera défini en fonction du nombre d'engagés et sur décision du juge-arbitre.

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

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 + Sauts Verticaux

Vendredi 11 Janvier 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	
19h30	60m haies Cadettes	TCF < à 1.40m	TCF > à 1.40m	TCF
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 TCF (JU et +)			TCH
20h50	400m TCH (JU et +)	TCH < à 1.60m	TCH > à 1.60m	
21h20	200m TCF			
21h50	200m TCH			

Ossature de base des jurys :

Directeur de la Compétition	
Directeur de la Réunion	
Juge Arbitre Général	
Juges Arbitres des Concours	
Secrétariat	
Chambre d'Appel	
Animation	
Starters	
Chrono Electrique	
Chronométrateurs Manuels	

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 10 Janvier – 20h00.**

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.

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



MERCREDI 28 NOVEMBRE 2018

18 h 00	Perche mixte (début 1m80)	Poids mixte	
19 h 00	60m haies F	Perche mixte (début 3m00)	Longueur H
19 h 20	60m Haies H		
19 h 40	60m F (finales aux temps)		
20 h 30	60m H (finales aux temps)	Longueur F	
21 h 40	1000m F puis H	Hauteur mixte	

MERCREDI 27 FÉVRIER 2019

18 h 00	Perche mixte (début 1m80)	Poids mixte	
19 h 00	60m F	Perche mixte (début 3m00)	Longueur mixte
19 h 40	60m H		
20 h 30	3000m mixte	Triple-Saut mixte	Hauteur mixte
21 h 00	200m F puis H (finales aux temps)		