

Championnats Indoor de Paris - Benjamin-e-s

Samedi 8 décembre 2018

Stade Jules Ladoumègue - Paris 19ème

Ouverture secrétariat : 12h00



course		Hauteur	Perche	sautoir intérieur	sautoir extérieur	poids intérieur	poids extérieur		
13h00	Fin confirmation d'engagement								13h00
13h30	50m BEM ¹⁵ séries	13h30	BEF		BEF Triple	BEF long 1	BEF pds 1	BEF pds 2	13h30
14h15	50m BEF ¹⁵ séries				BEM Triple	BEM long 1	BEM pds 1	BEM pds 2	14h15
15h00	50mH BEM ² séries		BEF / BEM		BEF long 2	BEF long 3	BEM pds 3	BEM pds 4	15h00
	BEF ² séries								
16h00	50mH BEF finales	16h00	BEM		BEF long 4	BEF long 5	BEF pds 3	BEF pds 4	16h00
	BEM finales								
16h30	50m BEF finales				BEM long 2	BEM long 3	BEM pds 5	BEM pds 6	16h45
17h15	50m BEM finales				BEM long 4	BEM long 5	BEF pds 5	BEF pds 6	17h30
18h15	1000m BEF finales								
	BEM								
PROTOCOLE									
19h00	Fin des épreuves								

Championnats Indoor de Paris - Minimes

dimanche 9 décembre 2018

Stade Jules Ladoumègue - Paris 19ème

Ouverture secrétariat : 9h30



course			Hauteur	Perche	sautoir (intérieur)	sautoir (extérieur)	Poids (intérieur)	Poids (extérieur)		
10h00	Fin confirmation engagements									
10h30	50m MIF 15 séries	10h30	MIM		MIM Triple	MIM Long 1	MIF pds 1	MIF pds 2	10h30	
11h15	50m MIM 15 séries	11h15			MIF Triple	MIF long 1				
12h00	50mH MIF 4 séries	12h00				MIM Long 2	MIM Long 3	MIF pds 3	MIF pds 4	12h00
	MIM 4 séries	12h15			MIF / MIM					
13h00	R E P A S									
			Hauteur	Perche	sautoir 1 (intérieur)	sautoir 2 (extérieur)	Poids 1 (intérieur)	Poids 2 (extérieur)		
13h30	50mH MIM finales	13h30	MIF			MIF long 2	MIF long 3	MIM pds 1	MIM pds 2	13h30
	50mH MIF finales					MIF long 4	MIF long 5			
14h15	50m MIM finales	14h45				MIM Long 4	MIM Long 5	MIM pds 3	MIM pds 4	15h00
15h00	50m MIF finales									
15h45	1000m MIM finales									
	MIF									
16h30	PROTOCOLE									
17h00	Fin des épreuves									



Engagements

- Les engagements sont ouverts **uniquement aux athlètes licenciés** et se font sur SI-FFA. Les inscriptions seront ouvertes du **lundi 20/11 au dimanche 2/12/18 à 23h59**.
- Aucun engagement sur place.
- Les modifications d'épreuves sont possibles à condition que le nombre d'épreuves correspondent à ce qu'autorise le règlement.
- Une amende de 5€ (euros) sera appliquée à tout athlète engagé et non présent à la compétition, sauf justificatif médical.

Jury

- Les clubs **doivent inscrire 1 juge ou aide technique pour 6 athlètes engagés** et **communiquer** leur nom au Comité de Paris **au plus tard le dimanche 2 décembre 2018, 23h59**.
- Les clubs ayant engagé moins de 6 athlètes doivent inscrire au minimum 1 juge ou 1 aide-technique.

!! Tout club ne remplissant pas cette condition expose l'ensemble de ses athlètes à ne pouvoir prendre part aux championnats !!

Compétition

Participation individuelle

Les athlètes disputent au plus un triathlon tel que défini pour les catégories :

- Triathlon Benjamins :
 - o GÉNÉRALISTE : une course, un saut, un lancer.
 - o HIVERNAL : 2 courses (sprint et haies) +1 concours
- Triathlon Minimes :
 - o
 - o GÉNÉRALISTE : une course + un saut + un lancer
 - o TECHNIQUE : 2 concours + une course.
 - o HIVERNAL : 2 courses (sprint et haies) + 1 concours

Si l'athlète ne participe qu'à 2 épreuves :

- En Minimes (U16) : interdiction de disputer 2 courses.
- En Benjamins (es) : soit 1 course + 1 concours **soit** 1 saut + 1 lancer

Le nombre maximal d'épreuves individuelles est de 3 par athlète.

Le non-respect du règlement des Triathlons entraînera **l'annulation de la meilleure des 3 cotations.**

Règlements techniques

Nombre d'essais

- Lancer et Saut de distance : 3 essais par athlète
- Hauteur et Perche : 12 sauts maximum par athlète. Si le 12^e essai est réussi, il est accordé une tentative à une hauteur supérieure jusqu'au 1^{er} échec. **Les montées de barres ne sont pas bâties obligatoirement en fonction des tables de cotation** ; elles seront les suivantes :
 - o Pour la hauteur
 - Benjamins : 0,90m – 1,00m – 1,05m – 1,10m – 1,15m – 1,20m puis de 4 cm en 4 cm
 - Minimes : 1 ; 1,10m – 1,15m – 1,20m – 1,25m – 1,30m puis de 4 cm en 4 cm.
 - o Pour la perche : montée de barres de 10cm en 10 cm à partir de la première barre choisie.

Cotations

Les performances des athlètes sont cotées à la table en vigueur à la date du tour concerné, (disponible en ligne sur le site FFA). Un abandon, une disqualification ou une performance nulle dans une épreuve individuelle entraîne une cotation de 1 point.

Annexe : REGISTRE DES EPREUVES

	EPREUVES BENJAMINS	EPREUVES BENJAMINES	EPREUVES MINIMES (U16) GARÇONS	EPREUVES MINIMES (U16) FILLES
FAMILLES				
VITESSE	50m 100m	50m 100m	50m	50m
HAIES	50m haies (0,65m)	50m haies (0,65m)	50m haies (0,84m)	50m haies (0,76m)
DEMI-FOND MARCHE	1000m 2000m marche	1000m 2000m marche	1000m 3000m 3000m marche	1000m 2000 m 3000m marche
SAUTS DE DISTANCE	Longueur Triple Saut	Longueur Triple Saut	Longueur Triple Saut	Longueur Triple Saut
SAUTS AVEC BARRE	Hauteur Perche	Hauteur Perche	Hauteur Perche	Hauteur Perche
LANCER EN TRANSLATION	Poids (3kg)	Poids (2kg)	Poids (4 kg)	Poids (3kg)