



HORAIRES PREVISIONNELS - Dimanche 15 décembre 2019

Stade Jules LADOUMEGUE, PARIS

Ouverture secrétariat : 09 H 00

Fin confirmation d'engagements : 30' avant le début des épreuves

Date limite d'engagement dimanche 8 décembre 2019

Triathlons possibles :

Général --> 1 course + 1 saut + 1 lancer

Orienté --> 2 concours + 1 course

Orienté --> 2 courses (sprint & haies) + 1 concours

COURSES : début 10 H 00 précises				10 H 00 : Début des CONCOURS				
				SAUTS			LANCERS	
10 H 00	50m MG séries MF séries	<u>Hauteur</u>	<u>Sautoir intérieur</u>	<u>Sautoir extérieur</u>	<u>Poids intérieur</u>	<u>Poids extérieur</u>		
		MF	MF (4 essais) <u>Triple puis longueur</u>	MF (4 essais) <u>longueur</u>	MG (4 essais)	MG (4 essais)		
		↓	Gr. 1 Gr. 3 ...	Gr. 2 Gr. 4 ...	↓	Gr. 1 Gr. 3 ...		
12 H 00	50 mH (0,84) MG séries 50 mH (0,76) MF séries	↓	↓	↓	↓	↓		
R E P A S / Rotation								
13 H 30	50 mH (0,84) MG finales 50 mH (0,76) MF finales	MG	<u>triple puis longueur</u> MG (4 essais)	<u>longueur</u> MG (4 essais)	MF (4 essais)	MF (4 essais)		
14 H 00	50m MG finales MF finales		↓ Gr. 1 Gr. 3 ...	↓ Gr. 2 Gr. 4 ...	↓ Gr. 1 Gr. 3 ...	↓ Gr. 2 Gr. 4 ...		
	Si l'horaire le permet 4 x 1 tour MG MF							

!!! Les concours s'enchainent et n'ont pas d'horaire fixe, hormis la rotation !!!