



## REGLEMENT – INFORMATIONS IMPORTANTES

---

- **RAPPEL :**

Pas d'engagement sur place !

Pointes 6mm MAXIMUM !

Tenue des athlètes : Le port du maillot aux couleurs du club est obligatoire.

- **Confirmations et Affichage**

Fin des confirmations : 1h avant pour les courses et le poids

1h30 pour la perche

Affichage des séries 40min avant la 1<sup>ère</sup> course.

- **Chambre d'appel**

Chambre d'appel : 15min avant les courses

1h15 avant pour la perche

45min avant pour le poids

- **Informations Concours**

Une zone de coaching pour le poids et la perche sera mise en place sur le terrain central.

Seul les coachs avec un tour de cou « COACH » pourront y accéder.

Tour de cou à récupérer à la table des engagements.

**Attention : Ce dispositif est exceptionnel, merci de respecter cette mise en place ou rester en tribune/derrière la main courante pour les coachs sans TDC.**

## REGLEMENT COURSE

Timing des courses :

Merci de prendre en compte le timing suivant

- **200m, série toutes les 3'**  
(5 couloirs pour toutes les courses)
- **800m série toutes les 5'**  
(9 coureurs / série)
- **400m série toutes les 4'**  
(6 couloirs pour toutes les courses)
- **Relais 4x1Tour série toutes les 7'**  
(6 relais par série) *ATTENTION : Règlement relais, page suivante.*

Toutes les séries se feront par niveau.

Les Meilleurs temps en Finales 1 et à suivre.

Les temps d'engagements sont ceux de la base FFA à jour du 10/12/2024

- Bases FFA Indoor 2025 en priorité

- Complétées si besoin par perf été 2024 piste

*Nous vous invitons à aller voir le fichier des engagés pour estimer dans quelle série vous allez courir à J-3.*

- Dossards à retirer aux engagements (400m/800/Marche).  
A positionner sur la poitrine.
- Pointes 6mm MAXIMUM

### Règlement Relais :

Les U16 ne sont pas autorisés à participer aux relais 4x1tour U18 et U20.

**1 SEUL** U18 est autorisé à s'aligner sur le relais 4x1tour U20.

## REGLEMENT POIDS

### Concours de poids

Pour les femmes : concours commun CA/MAF au 3kg et JU/SE/SE/MAF au 4kg. Règlement 3 + 3 pour les 8 meilleures athlètes au 3kg et pour les 8 meilleures athlètes au 4kg.

Pour les hommes : concours réalisés par catégorie, les masters lancent le poids de leur catégorie. Règlement 3+3 pour les 8 meilleurs dans chaque concours (sauf poids 7 kg)

Au poids 7 kg, deux concours de niveau seront mis en place, nous vous invitons à aller voir le fichier annexe des groupes par concours pour savoir dans quel concours vous êtes. Dans le concours B 7kg, les athlètes auront seulement 3 essais.

Podium au scratch.

## REGLEMENT PERCHE

### Concours de perche

#### Montée de barre :

Concours 1- Sautoir A – 17h15 : 4m12, 4m32, 4m47, 4m62 puis 10cm en 10 cm

Concours 2 - Sautoir A – 14h30 : 2m92, 3m07, 3m22, 3m37, 3m52, 3m67, 3m82 puis 10 cm en 10 cm.

Concours 3- Sautoir A – 10h30 : 3m32, 3m52, 3m67, 3m82 puis 10 cm en 10 cm

Concours 4- Sautoir B – 14h30 : 2m52, 2m72, 2m87, 3m02, 3m17, 3m32 puis 10cm en 10 cm

Concours 5 - sautoir B – 10h30 : 1m82, 2m02, 2m22, 2m37, 2m52, 2m67, 2m82 puis 10 cm en 10 cm

*Nous vous invitons à aller voir le fichier annexe des groupes par concours pour savoir dans quel concours vous êtes.*

**Aucun changement de concours ne sera accepté.**

**Récompenses aux 3 premiers toutes catégories confondues dans chaque épreuve.**