

2^{ème} JOURNEE REGIONALE RAMADANESQUE BENJAMINS/MINIMES
VENDREDI 07 MAI 2021

COURSES				CONCOURS			
EPREUVES	CAT	HORAIRES	EPRUVES	CAT	HORAIRES	EPREUVES	CATEGORIES
250m H	MF	14H30			14H15	DISQUE	MF/MG
250m H	MG	14H40			14H15	JAVELOT	BF/BG
80m	MF	14H50			14H15	PERCHE	MF/BF/BG
80m	MG	15H00	2000m Marche	BF	14H15	HAUTEUR	BG/MG
60m	BF	15H15					
60m	BG	15H30	2 000m Marche	BG	15H30	JAVELOT	MF/MG
250m	MF	15H45			15H30	LONGUEUR	MF/MG
250m	MG	16H00	2000m	BF	15H30	DISQUE	BF/BG
4X60m	BF	16H10	2000m	BG			
4X60m	BG	16H30	2000m	MF			
4X80m	MF	16H40	2000m	MG			
4X80m	MG	16H50					

MONTEE DE BARRE (Journée)							
HAUTEUR	BG	1m20	1.25m	1m30	1.35		De 3 en 3cm
	MG	X	1m25	1m30	1.35	De 5cm en 5cm jusqu'à 1m40	De 3 en 3cm
PERCHE	BF	1.30	1.40	1.50		De 10 en 10cm jusqu'à 2.40	De 5 en 5cm
	BG/MF	1.40	150	1.60			

CATEGORIES	DISQUE	JAVELOT	LONGUEUR
BENJAMINES	16m	16m	3.50m
BENJAMINS	20m	25m	3.80m
MINIMES FILLES	20m	18m	3.80m
MINIMES GACONS	20m	25m	4.50m

ENGAGEMENT OBLIGATOIRE

- Licence obligatoire
- Tenue du club obligatoire.
- Chaque club a droit de présenter 05 athlètes par épreuves par catégorie et par sexe.
- La participation est limitée à trois (03) épreuves par athlète pour la catégorie U18/F et G.
- En minimes : chaque athlète peut prendre part à trois (03) épreuves au choix (outre le relais), sans possibilité toutefois de participer à deux (02) épreuves de course demi-fond (la marche étant considérée comme une course de ½ fond). , si les deux épreuves sont des courses, une seule dépassera 150m.FG
- Le nombre des essais dans les épreuves de lancers et de sauts horizontaux est limité à quatre(04) ,si le nombre d'athlètes à l'atelier dépasse 20 athlètes.
- Le non-respect de cette clause entrainera obligatoirement la disqualification de l'athlète réfractaire.

2^{ème} JOURNEE REGIONALE RAMADANESQUE U18 / U20 / SENIORS
SAMEDI 08 MAI 2021

COURSES				CONCOURS		
EPREUVES	HORAIRES	EPREUVES	CATEGORIES	HORAIRES	EPREUVES	CATEGORIES
110m H	14H15		U18/U20/SD	14H15	DISQUE	U18F/U18G
110m H	14H25		U18G	14H15	JAVELOT	U20F-SD/U20G-SH
110m H	14H35		U20/SH	14H15	PERCHE	U18F/U20F/SD
200m	14H45		U18F	14H15	HAUTEUR	U18G/U20G/SH
200m	14H55	800m	U20D/SD			
200m	15H05	800m	U18G			
200m	15H15	800m	U20G/SH	15H30	DISQUE	U20F-SD/U20G-SH
400m H	15H25			15H30	JAVELOT	U18F/U18G
400m H	15H35	3000m	U18G/U18F	15H30	LONGUEUR(B)	U18F/U20D/SD
400m H	16H45	5000m	U20G-SH/U20F	15H30	LONGUEUR	U18G/U20G/SH

MONTEE DE BARRE (Journée)							
	HOMMES						
	U18G	1.50	1.55	1.60.	1.65	De en 5cm jusqu'à 1.85.m	
	U20G	1.65m	1.70	1.75m	1.80/1.85		De 3en 3cm
	SH	1.70m	1.75	1.80	1.85		
PERCHE	DAMES						
	1.90	2.00	2.10	2.20	2.30	De 10 en 10cm jusqu'à 2.50m	
							De 5cm en 5cm

CATEGORIES	DISQUE	JAVELOT	LONGUEUR
U18 FILLES	22m	20m	4.30m
U20 FILLES	24m	25m	4.60m
SENIORS DAMES	26m	28m	4.90
U18 GARCONS	20m	30m	5.40m
U20 GARCONS	25	35m	5.70m
SENIORS HOMMES	30	40m	6.00m

NB : ENGAGEMENT OBLIGATOIRE

- 1- Licence obligatoire
- 2- Tenue du club obligatoire.
- 3- Chaque club a droit de présenter 05 athlètes par épreuves par catégorie et par sexe.
- 4- En cadets : chaque athlète peut prendre part à trois (03) épreuves au choix (outre le relais), sans possibilité toutefois de participer à deux (02) épreuves de course demi-fond (la marche étant considérée comme une course de ½ fond), si les deux épreuves sont des courses, une seule dépassera 200m.
- 5- Le non-respect de cette clause entrainera obligatoirement la disqualification de l'athlète réfractaire.