

1^{ERE} SOIREE REGIONALE RAMADANESQUE BENJAMINS/MINIMES
JEUDI 22 AVRIL 2021

COURSES					CONCOURS		
EPREUVES	CATEG	HORAIRES	EPREUVES	CAT	HORAIRES	EPREUVES	CATEGORIES
100m H	MG	22H30	1200m	BF	22H30	PERCHE	MG /CJSF
80m H	MF	22H40	12 00m	BG	22H30	MARTEAU	MF/MG
80m H	BG	22H50	1200m	MF	22H30	POIDS	BG/BF
60m H	BF	23H00	1200m	MG	22H30	HAUTEUR	MF/BF
150m	MF	23H10	3000m mar	MF			
150m	MG	23H20					
120m	BG	23H20	5 000m mar	MG/U18F	23H30	T.SAUT	MF/MG
120m	BF	23H30			23H30	DISQUE	BF/BG
					23H30	POIDS(B)	MG/MF
					23H30	LONGUEUR(A°)	BF/BG

MONTEE DE BARRE (Journée)							
HAUTEUR	BF	1m15		1.20m		De 5 en 5cm jusqu'à 1.35m	
	MF	1m20		1m25		De 3 en 3cm	
PERCHE	MG/U18/U20/SD	2.10	2.20	2.30	2.40	De 10 en 10cm jusqu'à 3.00m	
	2.00						

	POIDS	DISQUE	JAVELOT	MARTEAU	LONGUEUR	T.SAUT
BENJAMINES	7.00m	18m	16m	X	3.60m	X
BENJAMINS	8.50m	20m	25m	X	3.80m	X
MINIMES FILLES	8.00m	20m	18m	20m	3.80m	8.50m
MINIMES GACONS	9.50m	20m	25m	22m	4.50m	10.50m

ENGAGEMENT OBLIGATOIRE

ENGAGEMENT OBLIGATOIRE

- 1- Licence de la saison en cours est Obligatoire
- 2- Tenue du club obligatoire.
- 3- Chaque club a droit de présenter 05 athlètes par épreuves par catégorie et par sexe.
- 4- La participation est limitée à trois (03) épreuves par athlète pour la catégorie U18/F et G.
- 5- En minimes : chaque athlète peut prendre part à trois (03) épreuves au choix (autre 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.
- 6- 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.
- 7- Le non-respect de cette clause entrainera obligatoirement la disqualification de l'athlète réfractaire.

2^{ème} SOIREES REGIONALE RAMADANESQUE BENJAMINS/MINIMES
JEUDI 06 MAI 2021

COURSES					CONCOURS		
EPREUVES	CAT	HORAIRES	EPRUVES	CAT	HORAIRES	EPREUVES	CATEGORIES
250m H	MF	22H30	2 000m Ma	BF	22H30	DISQUE	MF/MG
250m H	MG	22H40	2 000m Ma	BG	22H30	JAVELOT	BF/BG
80m	MF	22H50	2000m	BF	22H30	PERCHE	MF/BF/BG
80m	MG	23H00	2000m	BG	22H30	HAUTEUR	BG/MG
60m	BF	23H10	2000m	MF			
60m	BG	23H20	2000m	MG	23H30	JAVELOT	MF/MG
250m	MF	23H20			23H30	LONGUEUR	MF/MG
250m	MG	23H30			23H30	DISQUE	BF/BG

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	POIDS	DISQUE	JAVELOT	MARTEAU	LONGUEUR	T.SAUT
BENJAMINES	7.00m	18m	16m		3.60m	
BENJAMINS	8.50m	20m	25m		3.80m	
MINIMES FILLES	8.00m	20m	18m	20m	3.80m	8.50m
MINIMES GACONS	9.50m	20m	25m	22m	4.50m	10.50m

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 (autre 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.

- 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.