

PROGRAMME de 1e JOURNEE REGIONALE D'ATHLETISME
U18-U20-Seniors [F & G]

STADE D'ATHLETISME DE SOUK EL TENINNE

VENDREDI : 19 janvier 2024

| COURSES | | | CONCOURS | | |
|----------|--------------|-----------------------------|----------|-----------|---------------|
| HORAIRES | EPREUVES | CATEGORIES | HORAIRES | EPREUVES | CATEGORIES |
| 14H00 | 100m | U18F/U20/SD | 14H00 | MARTEAU | U18F- U20F-SD |
| 14H10 | 100m | U18G | 14H00 | PERCHE | U18F- U20F-SD |
| 14H20 | 100m | U20/SH | 14H00 | POIDS | U20G-SH |
| 14H30 | 5000m Marche | U18F-U20-SD U18G-U20G-SH | 14H00 | LONGUEUR | U18G-U20G-SH |
| 15H05 | 100m Haies | U18F/U20/SD | | | |
| 15H10 | 110m Haies | U18G | 15H30 | MARTEAU | U18G-U20G-SH |
| 15H20 | 110m Haies | U20G/SH | 15H30 | POIDS (A) | U18F-U20F-SD |
| 15H30 | 400m | U18F/U20/SD | 15H30 | POIDS (B) | U18G |
| 15H40 | 400m | U18G | 15H30 | LONGUEUR | U18F-U20F-SD |
| 15H50 | 400m | U20G/SH | 15H30 | HAUTEUR | U18G-U20G-SH |
| 16H00 | 1500m | U18F/U20/SD | | | |
| 16H10 | 1500m | U18G | | | |
| 16H20 | 1500m | U20G/SH | | | |

| MONTEES DE BARRE | | | | | | | |
|------------------|--------------|-------|------|-------------|-------|-----------------------------|-------------|
| HAUTEUR | U18F | 1m30 | 1.35 | 1m40 | 1.45m | 1.50m | De 3 en 3cm |
| | U18G | 1m50 | 1.60 | 1m65 | 1.70m | 1.75m | De 3 en 3cm |
| | U20 F/SD | 1m35 | 1.40 | 1.45 | 1.50 | De 3 en 3cm | |
| | U20G/SH | 1m 70 | 1.75 | De 3 en 3cm | | | |
| PERCHE | U18F/U20F/SD | 2.00 | 2.20 | 2.30 | 2.40 | De 10 en 10cm jusqu'à 2.80m | De 5 en 5cm |
| | U18G/U20G/SH | 2.80 | 3.00 | 3.10 | 3.20 | 10 cm jusqu'à 4.20m | De 5 en 5cm |

| | |
|---------------|--|
| Rappel | La présentation de la licence sportive 2023 -2024 est obligatoire |
|---------------|--|

PROGRAMME de la 2e JOURNEE REGIONALE D'ATHLETISME
U18-U20-Seniors [F & G]

STADE D'ATHLETISME DE SOUK EL TENINNE

VENDREDI : 26 janvier 2024

| COURSES | | | CONCOURS | | |
|----------|------------|--------------|----------|----------|---------------|
| HORAIRES | EPREUVES | CATEGORIES | HORAIRES | EPREUVES | CATEGORIES |
| 14H00 | 100m Haies | U18F/U20/SD | 14H00 | DISQUE | U18F- U20F-SD |
| 14H10 | 110m Haies | U18G | 14H00 | HAUTEUR | U18F- U20F-SD |
| 14H20 | 110m Haies | U20G/SH | 14H00 | JAVELOT | U18U20G-SH |
| 14H30 | 200m | U18F/U20/SD | 14H00 | T.SAUT | U18G-U20G-SH |
| 14H40 | 200m | U18G | | | |
| 14H50 | 200m | U20G/SH | | | |
| 15H00 | 800m | U18F/U20/SD | | | |
| 15H10 | 800m | U18G | | | |
| 15H20 | 800m | U20G/SH | | | |
| 15H30 | 800m | U18F/U20/SD | 15H30 | DISQUE | U18G-U20G-SH |
| 15H40 | 400H | U18F/U20/SD | 15H30 | JAVELOT | U18F-U20F-SD |
| 15H50 | 400H | U18G | 15H30 | T.SAUT | U18F-U20F-SD |
| 16H00 | 400H | U20G/SH | 15H30 | PERCHE | U18G-U20G-SH |
| 16H10 | 3000m | U18F/U20F/SH | | | |
| 16H25 | 3000m | U18GU20G/SH | | | |

| MONTEES DE BARRE | | | | | | | |
|------------------|---|-------|------|-------------|-------|-----------------------------|-------------|
| HAUTEUR | U18F | 1m30 | 1.35 | 1m40 | 1.45m | 1.50m | De 3 en 3cm |
| | U18G | 1m50 | 1.55 | 1m60 | 1.65m | 1.70m | De 3 en 3cm |
| | U20 F/SD | 1m35 | 1.40 | 1.45 | 1.50 | De 3 en 3cm | |
| | U20G/SH | 1m 65 | 1.70 | De 3 en 3cm | | | |
| PERCHE | U18F/U20F/SD | 2.00 | 2.20 | 2.30 | 2.40 | De 10 en 10cm jusqu'à 2.80m | De 5 en 5cm |
| | U18G/U20G/SH | 2.80 | 3.00 | 3.10 | 3.20 | 10 cm jusqu'à 4.20m | De 5 en 5cm |
| Rappel | La présentation de la licence sportive 2023 -2024 est obligatoire | | | | | | |