



INTERCLUBS BE MI CA

Dimanche 20 avril à la Petite Ile

www.lra974.com

Organisateur : LRA

EPREUVES

	VITESSE	HAIES	1/2 FOND	SAUTS	LANCERS	RELAIS
BF BH	50m	50h	1000m	HT LG	P D J M	4x60m
MF	50m 100m	80h 200h		HT LG TS PE	P D J M	4x60m
MH	50m 100m	100h 200h	1000m 3000m 3000marche	HT LG TS PE	P D J M	4x60m
CF	200m 100m 300m	100h 320h	800m 1500m 3000m	HT LG TS PE	P D J M	4x100m
CH	200m 100m 300m	110h 320h	800m 1500m 3000m 1500st	HT LG TS PE	P D J M	4x100m

Mise en place du jury : 9H30

COURSES			SAUTS			LANCERS		
10H00	110 Haies CH C3 à 8	3000marche MH C1&2	10H00	Long	BH	10H00	Marteau	BMC F
10H15	100 Haies	MH		Haut	BH		Poids	BF
10H30	100 Haies	CF		Perche	MC H		Javelot	BF
10H45	80 Haies C3 à 8	2000marche MF C1&2						
11H00	50 Haies	BH						
11H10	50 Haies	BF						
11H25	1000m	BF MF	11H25	Long	BF	11H25	Marteau	BMC M
11H35	1000m	BH MH		Haut	BF		Poids	BG
11H50	100m	CH		Perche	MC F		Javelot	BG
12H00	100m	CF						
12H10	100m	MH						
12H20	100m	MF						
12H30	50m	BH						
12H40	50m	BF						
12H50	50m	MH						
13H00	50m	MF						
PAUSE								
13H30	320 Haies	CH	13H30	Long	MC F	13H30	Disque	BMC M
13H40	320 Haies	CF		Haut	MC F		Poids	MC M
13H55	200 Haies	MH		Triple saut	MC F		Javelot	MC M
14H00	200 Haies	MF						
14H10	200m	CH						
14H20	200m	CF						
14H30	300m	CH						
14H35	300m	CF						
14H45	800m	CH						
14H55	800m	CF	14H40	Long	MC H	14H40	Disque	BMC F
15H05	1500m	CH		Haut	MC H		Poids	MC F
15H15	1500m	CF		Triple saut	MC H		Javelot	MC F
15H25	1500 steeple	CH						
15H35	2000m	MF						
15H55	3000m	MH CF CH						
16H15	4x60m	BF						
16H30	4x60m	BH						
16H45	4x60m	MF						
17H00	4x60m	MH						
17H15	4x100m	CH						
17H20	4x100m	CF						

3 OFFICIELS OBLIGATOIRE

INSCRIPTIONS A LA LIGUE

PAR MAIL ET FAX

AVANT LE 17 /04/08

LRA Tel 02-62-41-02-31 Fax 02-62-94-32-84