CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAUX & QUADRATHLON 93
1 AVRIL 2023 - *TREMBLAY-EN-FRANCE-*

9h30	Appel des officiels des clubs - Formation du jury									
	Courses	*Ht*		*Heure*	*Moustiques F*	*Moustiques M*	*Poussines F*	*Poussins M*	*Benjamines F*	*Benjamins M*
10 h 00	4 x 50 m Mo F			10 h 00					Poids (2kg)	Hauteur
	4 x 50 m Mo G									
10 h 30	4 x 60 m P F									
	4 x 60 m P G			10 h 30	Vortex (Gauche)				LONGUEUR	LONGUEUR
10 h 45	4 x 60 m B F									
	4 x 60 m B G			11 H 00		Vortex (Droite)		Disque		
11h15	50m haies Mo F									
	50m haies Mo G									
				12 h 00			Triple Bond (A/B Gauche)	Triple Bond (C/D Droite)	Hauteur	Poids (3kg)
11h45	50m haies Po F						PERCHE	PERCHE	PERCHE	PERCHE
	50m haies Po M									
12 h 30	50 m Mo F									
	50 m Mo M									
13 h 00	60 m PF									
	60 m PM			13h15	Anneaux	Anneaux	Longueur	Longueur		
13 h 30	60 m BF									
	60 m BM			13 h 45			Hauteur	Hauteur	Disque	Disque
14h15	120m PF									
	120m PM									
14h45	120m BEF									
	120m BEM			14h00	Longueur	Longueur				
15 h30	400 m MoF									
	400 m MoM									
16 h 00	1000 m PF									
	1000 m PM			14 h 30			Poids (2kg)	Javelot 400g (Droite)	Triple Saut (Gauche)	Triple saut (Droite)
16 h 30	1000 m BF									
	1000 m BM			15 h 00			Disque			
16 h 50	180 m haies BF	0,76		15 h 30	Triple bond s/élan	Triple bond s/élan	Javelot 400g (Gauche)	Poids (2kg)		Javelot 500g (Droite)
	180 m haies BM	0,76								
				16 h 00					Javelot 400g (Gauche)	
17 h 00	Fin de réunion									

REGLEMENTATION du quadrathlon 93 2023

DEUX COURSES ET DEUX CONCOURS + LE RELAIS PAR ATHLETE (3 essais pour les concours)

INTERDIT DE DOUBLER LE 60 ET LE 120 - UN CONCOURS DE LANCER + 1 SAUT

CHAQUE ATHLETE PARTICIPE DANS SA CATEGORIE

POUR LES RELAIS LES ENFANTS COURENT DANS LEUR CATEGORIE ET LEUR SEXE

LES MINIMOUS NE PEUVENT PAS PARTCIPER

LE CLASSEMENT

UN TITRE POUR LE 1ER DE CHAQUE EPREUVES PAR CATEGORIES

PODIUM POUR LES 3 PREMIERS DU QUADRATHLON

En cas de non respect l'athlète ou le Club se verra déclassé de ses meilleures épreuves