



ENTENTE AHLETIQUE DOUCHYNOISE

Les horaires peuvent être modifiés en fonction du nombre de participants

Samedi 19 Mai 2018 au stade Mandela rue Léon Blum à Douchy-les -Mines

14h00:mise en place du Jury- Echauffement

14H30:Début des épreuves

Horaires	Poussins/M	Poussins/F	Benjamins	Benjamines	Minimes/M	Minimes/F
14H30	Longueur 3 essais	Hauteur 8essais + en or	Javelot 500gr 3 essais	Poids 2kg 3 essais	100m	100m
15H00	Hauteur 8essais + en or	Longueur 3 essais	Poids 3kg 3 essais	Javelot 400gr 3 essais	100m Haies	100m Haies
15H30	Javelot 300gr 3 essais	Poids 1kg 3 essais	50m Haies	50m Haies	Longueur 3 essais	Hauteur 8essais + en or
16H00	Poids 2kg 3 essais	Javelot 300gr 3 essais	50m	50m	Hauteur 8essais + en or	Longueur 3 essais
16H30	50m	50m	Longueur 3 essais	Hauteur 8essais + en or	Javelot 600gr 3 essais	Disque 0,800kg
17H00	50m Haies	50m Haies	Hauteur 8essais + en or	Longueur 3 essais	Disque 1,250kg	Javelot 500gr 3 essais
17H30	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m

Merci de prévoir et d'avertir vos athlètes des règles.

2 sautoir pour le saut en longueur - 1 aire de lancer du poids.

1 seul sautoir au saut en hauteur.

Rappeler à vos athlètes de prendre leurs pointes ,car en cas de pluie la piste est glissante.

Prévoir des feuilles de triathlon (ne pas oublier d'inscrire le N° de licence sur l'imprimé)