

# Championnats de MAINE ET LOIRE - 1ère ½ journée



**Samedi 22 Avril 2023**

- ▶ Lieu : Stade de la Pommeraye
- ▶ Engagements : sur le site du comité – rubrique “engagés” **jusqu’au jeudi 20 avril à 12h00.**
- ▶ Catégories : Cadets à Masters.
- ▶ Épreuves TC : 100m – 100mH - 110H – 400m – 1500m – 3000m steeple - Hauteur – Longueur – Javelot – Marteau.
- ▶ Mise en place du jury : 13h00.
- ▶ Programme et horaires :

Horaires	Courses	Concours			
		Hauteur	Triple-Saut	Marteau	Javelot
13h30	100m TCF (séries)	TCF	TCM	TCF	TCF
13h45	100m TCM (séries)				
14h00	110m haies TCM (séries)				
14h15	100m haies TCF (séries)				
14h25	400m TCF				
14h40	400m TCM				
14h55	100m TCF finale				
15h00	100m TCM finale				
15h05	100m haies TCF finale				
15h10	110m haies TCM finale				
15h20	1500m TCF	TCM	TCF	TCM	TCM
15h30	1500m TCM				
15h45	2000m steeple U18-U20 et 3000m steeple TCF				
16h05	3000m steeple U20 et plus				
16h30	Course à l’australienne TCF 12x300m (12 concurrentes maxi)				
16h50	Course à l’australienne TCM 12x300m (12 concurrents maxi)				

- ▶ Quota de juges :

Athlètes	2 à 3	4 à 7	8 à 12	13 à 16	17 à 20	21 à 25	26 à 30	31 à 35	36 à 40	41 à 45
Juges	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

- ▶ Règlement course à l’australienne : 12 concurrents au départ, le dernier arrivé au bout de 300m de course est éliminé. Départ donné toutes les 2’.
- ▶ Dossards pour les 1500m, steeple et course à l’australienne