



Meeting UPAC samedi 3 avril 2010

Epreuves EA et PO

	40m haies	Longueur	Vortex	Relais Marche
14h50	POG	POF	EAF	EAG
15h25	EAG	POG	POF	EAF
16h00	EAF	EAG	POG	POF
16h35	POF	EAF	EAG	POG

Epreuves ouvertes CJESV et triathlon BE, MI

- 14h00** Fin des confirmations des 250m haies
Fin des confirmations des épreuves MI et BE (relais inclus)
Les feuilles seront retirées 30' avant l'épreuve

COURSES

- 14h30** 250m haies CJESV Femmes
250m haies CJESV Hommes

- 14h50** 100m Minimes filles
100m séries CJESV Femmes
100m séries CJESV Hommes
100m Minimes G

- 15h35** 50m haies BG
50m haies BF

- 15h55** 1000m CJESV Femmes
1000m CJESV Hommes
1000m Minimes F
1000m Minimes G

- 16h20** 300m CJESV Femmes
300m CJESV Hommes

- 16h40** 100m Finale CJESV Femmes
100m Finale CJESV Hommes

- 16h50** 4x60m Minimes G
4x60m Minimes F
4x60m Benjamins
4x60m Benjamins

- 17h30** Relais CJESV Femmes & Hommes

Relais UPAC							
distances	800m	600m	400m	300m	150m	100m	50m
catégories	CJSV	CJSV	JSV	CJSV	M	B	BP
Zones piste	300	200	300	250	300	150	50

CONCOURS

- 14h30** Longueur BF (A) Disque F et H
Triple MG (B) Hauteur H
Poids BG (A et B)

- 15h15** Triple MIF (B) Longueur H (A)
Hauteur F

- 15h30** Disque MG

- 15h45** Poids BF (A et B)

- 16h15** Longueur BG (A)

- 16h30** Disque MIF Poids H et F
Longueur F (B)

Déroulement, classement et récompenses :

Eveils athlé & Poussins

4 classements seront effectués : EAF, EAG, POF, POG. Le classement se fera sur chaque atelier comme lors de la coupe d'Europe, c'est-à-dire l'équipe qui aura été la plus rapide ou qui aura marqué le plus de points marquera 20 points s'il y a 20 équipes, la deuxième 19 points...

Le classement général se fera en faisant le total des points de tous les ateliers. En cas d'égalité, les équipes seront départagées en fonction du résultat du *relais marche*.

Les ateliers se font par équipe de 4 athlètes. Pour les équipes de 3, la performance la moins élevée sera multipliée par deux. Pour les équipes de 5, seuls 4 athlètes ne participeront aux épreuves et marqueront les points.

Chaque équipe devra présenter aux responsables des ateliers le carton avec son numéro d'équipe.

Ce sont les responsables des ateliers qui noteront les résultats des équipes.

Longueur et vortex 3 essais, 40m haies et relais un seul essai.

Les 3 premières équipes de chaque catégorie seront récompensées. Un goûter sera offert à tous les athlètes.

Benjamins/Minimes

Le classement se fera sur un triathlon individuel : *Longueur, 50m haies et Poids* pour les **BE** ; *Triple, 100m ou 100m et disque* pour les **MI**. Un relais 4*60m est également ouvert.

3 essais pour les concours.

Les 3 premiers de chaque épreuve seront récompensés.

CJESV

4 essais pour les concours (réduction éventuelle par le juge arbitre).

Le sautoir A de longueur et le plateau A du poids seront du côté de la hauteur. Le sautoir B de longueur et le plateau B du poids seront du côté de l'arrivée.

Hauteur femme : début 1m15 puis de 5 en 5 jusqu'à 1m40 puis de 4 en 4.

Hauteur homme : début 1m40 puis de 5 en 5 jusqu'à 1m 70 puis de 4 en 4.

Pour le relais UPAC, un challenge sera remis au club vainqueur de la course femme et de la course homme. Ce challenge sera à remettre en jeu chaque année, et remporter définitivement au bout de trois victoires consécutives.

Jurys :

Nécessité de fournir des jurys en quantité suffisante.

Inscriptions :

A envoyer avant le **mercredi 31 mars 2010** à : UPAC

Salle omnisport

Avenue Aristide Briand 53200 Château-Gontier

Mail : upac53@wanadoo.fr

