CHAMPIONNATS INDOOR LAO MINIMES

DIMANCHE 17 MARS 2019- FRONTON (31)

NATURE de la COMPETITION : EPREUVES INDIVIDUELLES MINIMES (224304)

HORAIRES : Cf. page suivante

QUALIFICATIONS des ATHLETES (bilan des perf réalisées « en salle » ou « stade » depuis le 1/11/18)

50 MEILLEURES MF au BILAN du 50 et 50H.
20 MEILLEURES MF au BILAN de longueur, Triple-saut, hauteur, poids.
15 MEILLEURES MF au BILAN de perche.
16 MEILLEURES MF au bilan du 1000m.
MARCHE MF : engagements libres
50 MEILLEURS MM au BILAN du 50 et 50H.
20 MEILLEURS MM au BILAN de longueur, triple-saut, hauteur, poids.
15 MEILLEURS MM au BILAN de perche.
16 MEILLEURES MF au bilan du 1000m.
MARCHE MF : engagements libres

ENGAGEMENTS **par les clubs**, des athlètes QUALIFIÉS

DATE DE LA COMPETITION	17/03
Limite de réalisation des performances permettant de se qualifier	10/03
Publication des listes des athlètes qualifiables	11/03
Limite de confirmation de présence par les clubs	13/03 à 14h00
Publication des listes des athlètes effectivement retenus	14/03
Période de demandes de QE : du 11/03 au 13/03 12h00, publication des QE retenues le 13/03 à 17h00	

Aucun engagement ne peut être accepté sur place !

FORFAIT : Cf. page 16, applicable au QE.

REGLES de QUOTAS des OFFICIELS : Cf. page 16

Repas des officiels offert par la LAO le dimanche midi

REGLES TECHNIQUES PARTICULIERES

- 1 seule finale sur 50 et 50H
- Finale directe 1000m avec, si le nombre l'exige et par décision du JA, deux séries de niveau suivant les temps d'engagement (les QE seront engagés sur la moins bonnes série).
- 3 essais pour tous les athlètes et seuls les 8 premiers bénéficient des 3 essais supplémentaires
- Hauteur et Perche : Élimination après 3 échecs consécutifs. Utilisation des barrages pour départager les ex-aequo à la 1ère place.
- Un athlète peut participer à 3 épreuves au maximum,

TRIATHLON GÉNÉRALISTE : une course + un saut + un lancer
TRIATHLON TECHNIQUE : 2 concours + une course. HIVERNAL : 2 courses (sprint et haies) et 1 concours
TRIATHLON SPECIAL : demi-fond ou marche + un concours + une épreuve libre (hors cumul demi-fond /marche)

Montées des barres :
Hauteur MIF : 130-134-138-142-146-150-152-154-156-158....
Hauteur MIM : 144-148-152-156-160-164-168-172-174-176...
Perche MIF : 180-200-210-220-230-240-250-260-270....
Perche MIM : 180-200-220-240-250-260-270...

RECOMPENSES
Médaille d'or, d'argent et de bronze à chaque épreuve de chaque catégorie

09H30 : Ouverture du secrétariat
10H00 : Mise en place du jury
Confirmations 30mn avant l'épreuve

	COURSES	SAUTS		LANCERS
		FILLES	GARCONS	
10h30	3000m Marche MI			
11h15	50 m MIF séries		PERCHE MIM LONGUEUR MIM	POIDS MIM
11 h 45		HAUTEUR MIF		
12 h 00			TRIPLE SAUT MIM	
12 h 30	50m MIM séries			
13 h 00		PERCHE MIF LONGUEUR MIF		POIDS MIF
13 h 30			HAUTEUR MIM	
14 h 00	50m haies MIF séries	TRIPLE SAUT MIF		
14 h 30	50m haies MIM séries			
15 h 00	50m MIF Finale			
15 h 10	50m MIM Finale			
15h20	50m haies MIF finale			
15h30	50m haies MIM finale			
15h40	1000m MIF finale directe			
16h00	1000m MIM finale directe			