

VITTEL, le 10 janvier 2010 : Championnats Régionaux en salle

- 09 H 45 Ouverture des vestiaires
 10 H 45 3000 m Marche Féminin
 11 H 15 5000 m Marche Masculin
Attention : si le nombre d'engagés est trop faible il n'y aura qu'une seule épreuve mixte à 11 H 00.
 12 H 00 Mise en place du Jury (hors marche)

COURSES		CONCOURS				
12 H 15				Longueur F		12 H 15
12 H 30	60 mètres Cadets (séries) 60 mètres Hommes (séries) 60 mètres Cadettes (séries) 60 mètres Femmes (séries)	Hauteur H	Perche F/H Les masculins entreront dans le concours au fur et à mesure des montées de barres féminines		Poids E/SH	12 H 30
13 H 15	60 m haies CF (séries) 60 m haies SF (séries) 60 m haies CH (séries) 60 m haies JH/VH (séries) 60 m haies SH (séries)	Hauteur F		Longueur H	Poids C/JH	13 H 30
14 H 00	400 mètres Femmes 400 mètres Hommes					
14 H 20	60 m haies Esp - SenH (finale) 60 m haies Jun (Vet) (finale) 60 m haies CH (finale) 60 m haies SF (finale) 60 m haies CF (finale)				Poids C/J/EF	14 H 30
14 H 45	60 mètres Cadets (finale) 60 mètres Hommes (finales A - B) 60 mètres Cadettes (finale) 60 mètres Femmes (finales A - B)				Triple saut F/F	14 H 45
15 H 15	800 mètres Femmes Ca/Ju/Se 800 mètres Hommes Ca/Ju/Se					
15 H 35	200 mètres Femmes 200 mètres Hommes					
16 H 00	1500 mètres Femmes 1500 mètres Hommes					
16 H 20	Relais 4 x 1 tour Femmes Relais 4 x 1 tour Hommes					

Juge-arbitre : Raymond BRENET, Jean-François DARFIN

Starters : Martine CHORVOT, Dominique NALLARD

Chronométreurs manuels : Gérard PRELY, Jean-Marie BRUCHON

Chrono électrique : Francis DAULL

Secrétariat : Hervé JACQUOT

Buvette : MBA

ENGAGEMENTS A LA LIGUE SUR FICHE JOINTE POUR LE 06 JANVIER 2010

CONFIRMATION DES ENGAGEMENTS 30 minutes AVANT

ENGAGEMENTS à la ligue pour le 06/01/2010

2 possibilités

1/ sur fiche (avec épreuves, n°licence, noms, prénoms, catégorie, MP)

2/ via le site de la ligue

Les engagements et confirmations seront ouverts minimum 15 jours avant la date de la compétition. La clôture des engagements se fera le mercredi précédant la compétition à 00h00 ; attention les dates et heures d'ouverture et de fermeture des engagements et confirmations sont paramétrées et le blocage de la compétition s'effectue automatiquement. Il vous appartient donc de prendre vos précautions afin d'effectuer vos opérations avant la date et l'heure limite

Comment accéder aux engagements et confirmations ?

La personne qui effectuera ces engagements et confirmations doit posséder ou ouvrir un compte sur le site grand public de la FFA.

Après avoir renseigné les "informations générales" à la rubrique "Système d'information FFA" vous devrez entrer l'identifiant SI-FFA de l'administrateur club puis le mot de passe d'origine fourni par la FFA lors de la création du SI-FFA. Une fois la procédure achevée vous pouvez accéder aux compétitions et engager ou confirmer vos athlètes. Pour ce faire vous choisissez "Qualifié" dans le menu de gauche sur le site de la Ligue de F-C.

REGLEMENT

Poids SH	6 essais aux 8 meilleurs (si minima atteint à l'issue du 3 ^{ème} essai).
Poids CH-JH	6 essais à tous les concurrents
Longueur H	6 essais à tous les concurrents sous réserve que les minima planchers hivernaux aient été atteints à l'issue du 3 ^{ème} essai
Triple saut H	6 essais à tous les concurrents sous réserve que les minima planchers hivernaux aient été atteints à l'issue du 3 ^{ème} essai
Poids CF-JF	6 essais à toutes les concurrentes
Poids SF	6 essais à toutes les concurrentes qui auront réalisées les minima de participation dans leur catégorie à l'issue du 3 ^{ème} essai.
Longueur F	6 essais à toutes les concurrentes sous réserve que les minima planchers hivernaux aient été atteints à l'issue du 3 ^{ème} essai
Triple saut F	6 essais à toutes les concurrentes sous réserve que les minima planchers hivernaux aient été atteints à l'issue du 3 ^{ème} essai
Courses	Participation libre pour les Relais

1. **Des minima** ont été fixés par la C.S.O. de la Ligue. S'ils ne sont pas respectés et si les performances « plancher » ne sont pas atteintes, le club se verra infliger une amende de **15 euros** par athlète et par épreuve.
2. **Obligation de présenter pour chaque club**, s'il veut que ses athlètes participent : 1 officiel diplômé pour 5 athlètes, 2 pour 10, 3 pour 15, 4 pour 20, 5 pour 25 et 6 au-dessus de 25. En cas de non respect, les athlètes du club fautif ne participeront pas.
3. Chronométrage électrique. Qualifications à la place (en fonction du nombre de séries) et au temps pour les finalistes de 60 mètres et 60 haies.
4. Un titre SENIOR sera attribué pour chaque épreuve. Un titre CADETS (93-94), un titre JUNIOR (91-92), un titre ESPOIR (88 à 90) seront attribués.
5. Ces championnats sont qualificatifs pour les Pré France.
6. **Engagements par les clubs : confirmation et pointage à la chambre d'appel 30 minutes avant l'épreuve.**
7. Les essais en dessous des minima ne seront mesurés que si le déroulement des concours dans les délais le permet (nombre de participants).
8. Minima athlètes hors Ligue **N3 > INSCRIPTIONS, PAR ECRIT, à la LIGUE DE FRANCHE-COMTE avant le 06/01/10.** Aucun engagement sur place. Finale B s'ils sont qualifiés.
9. PAS DE MINIMES AUX CHAMPIONNATS REGIONAUX EN SALLE.
10. Les vétérans sont autorisés à participer sur leurs épreuves spécifiques.
11. **Les athlètes doivent être licenciés le 09/01/2010.**

MINIMAS

- Les minima devront avoir été réalisés au cours de l'été 2009, **ou au cours de la saison en salle 2010.**
- Une vérification ultérieure sera effectuée afin de s'assurer que les athlètes n'ayant pas atteint les performances "plancher" le jour des régionaux indoor avaient bien réalisé les minima.
- **Une amende de 15 euros** sera infligée au club dont l'athlète n'aurait pas respecté ces prescriptions.

	<u>Performances estivales ou hivernales</u>		<u>Performances minimales à réaliser en salle</u>	
	<u>Réalisées : saison 2008/2009 ou 2009/2010</u>			
	HOMMES	FEMMES	HOMMES	FEMMES
60 mètres	7.24 (50m) – Cadets 6.84 (50m) – J/E/S 12.64 (100m) – Cadets 12.34 (100m) – J/E/S	7.64 (50m) – Cadettes 7.54 (50m) – J/E/S 14.24 (100m) – Cadettes 14.04 (100m) – J/E/S	8.34 - Cadets 8.14 – J/E/S	9.14 - Cadettes 8.94 – J/E/S
60 m haies	17.34 (100h) – Minimes 18.44 (110h) - Cadets 17.54 (110 h) – J/E/S 18.24 – E/S	10.34 (50h) – Minimes 16.24 (80h) – Cadettes 18.64 (100h) - Cadettes 18.44 (100 h) – J/E/S	9.94 – Cadets 10.34 – Juniors 10.14 – E/S	11.24 - Cadettes 10.94 – J/E/S
200 mètres	25.84 – Cadets 24.54 – J/E/S	29.84 – Cadettes 29.14 – J/E/S	26.34 – Cadets 25.04 – J/E/S	30.34 – Cadettes 29.64 – J/E/S
400 mètres	42.14 (300) – Cadets 56.04 – J/E/S	49.44 (300) – Cadettes 66.14 – J/E/S	57.04	67.14
800 mètres	3'05 (1000) - Minimes 2'15 – Cadets 2'10 – J/E/S	3'25 (1000) - Minimes 2'44 – Cadettes 2'40 – J/E/S	2'20 – Cadets 2'15 – J/E/S	2'50 – Cadettes 2'46 – J/E/S
1500 mètres	4'35	5'40	4'45	5'55
Hauteur	1m55 – Cadets 1 1m60 – Cadets 2 1m70 – J/E/S	1m35 - Cadettes 1 1m40 – Cadettes 2 1m45 – J/E/S	1m60 – Cadets 1m70 – J/E/S	1m40 - Cadettes 1m45 – J/E/S
Longueur	5m20 – Cadets 1 5m40 – Cadets 2 5m60 – Juniors 5m80 – Esp / Sen	4m50 – Cadettes 1 4m60 – Cadettes 2 4m70 – Juniors 4m80 – Esp / Sen	5m40 – Cadets 5m60 – Juniors 5m80 – Esp / Sen	4m60 – Cadettes 4m70 – Juniors 4m80 – Esp / Sen
Perche	2m40 – Cadets 1 2m60 – Cadets 2 3m20 – J/E/S	2m00	2m60 – Cadets 3m20 – J/E/S	2m00
Triple Saut	10m50 – Cadets 1 11m00 – Cadets 2 12m00 – Juniors 12m50 – Esp / Sen	9m00 – C/J 9m50 – E/S	11m00 – Cadets 12m00 – Juniors 12m50 – Esp / Sen	9m00 – C/J 9m50 – E/S
Poids	10m50 – Cadets 1 11m00 – Cadets 2 10m50 – Juniors 10m00 – Esp / Sen	8m00 – Cadettes 1 8m50 – Cadettes 2 9m00 – J/E/S	11m00 – Cadets 10m50 – Juniors 10m00 – Esp / Sen	8m50 – Cadettes 9m00 – J/E/S

Montées de barres

Hauteur Ju-Es-Se Fem	1m40 / 1m45 / 1m50 / 1m54 / 1m57 / 1m60-ju-es / 1m63 / 1m66-ju-es / 1m68 / 1m70-ju / 1m72-es / 1m74...
Hauteur Cadettes	1m30 / 1m35 / 1m40 / 1m45 / 1m50 / 1m54 / 1m57 / 1m60 / 1m63 / 1m66 / 1m68 / 1m70 / 1m72 / 1m74...
Hauteur Ju-Es-Se Hom	1m65 / 1m70 / 1m75 / 1m80 / 1m85 / 1m89 / 1m92-ju / 1m95 / 1m98-es / 2m01-ju / 2m04-es / 2m06-ju / 2m08 / 2m10-es
Hauteur Cadets	1m50 / 1m55 / 1m60 / 1m65 / 1m70 / 1m75 / 1m80 / 1m85
Perche Cadets	2m50 / 2m60 / 2m70 / 2m80 / 3m00 / 3m20 / 3m40 / 3m60 / 3m80 / 4m00 (ca) / 4m10 / 4m20 / 4m30 / 4m40 / 4m50
Perche Ju-Es-Se Hom	3m00 / 3m20 / 3m40 / 3m60 / 3m80 / 4m00 (ca) / 4m10 / 4m20 / 4m30 / 4m40-ju / 4m50 / 4m60-ju / 4m70-es / 4m80-ju / 4m90-es / 5m00
Perche Femmes	1m80 / 2m00 / 2m10 / 2m20 / 2m30 / 2m40 / 2m50 / 2m65 / 2m80 / 2m90 / 3m00-ca / 3m10 / 3m20-ju / 3m30-ca-es / 3m40 / 3m50-ju / 3m60-es /