

**POULE MAINTIEN INTERCLUBS N3 BRETAGNE et Poule Régionale**

**MONFORT /MEU**

**Samedi 18 MAI 2019**

**13H15** : Heure limite du dépôt des modifications d'équipe et de la confirmation du jury.

**13H20** : Réunion du jury

**Les heures indiquées sont celles du début des concours, l'échauffement débute 30' avant l'heure du concours (40' Perche)**

COURSES	HORAIRES	CONCOURS							
		Hauteur	Longueur	Perche	Triple	Poids	Disque	Javelot	Marteau
3000 marche F	14:00								
5000 marche H	14:30						Rég F		NAT H
400 haies NAT F	15:15	NAT F	NAT F	N+R F	NAT F	Rég H			
400 haies Reg F	15:20								
400 haies NAT H	15:30							NAT H	
400 haies Reg H	15:35								
400 m NAT F	15:45						Rég H		
400 m Reg F	15:50								
400 m NAT H	16:00								NAT F Rég F
400 m Reg H	16:10								
800 m NAT F	16:20								
800 m Reg F	16:25					Rég F			
800 m NAT H	16:30	Rég F	Rég H		NAT H			NAT F	
800 m Reg H	16:35								
200 m NAT F	16:45								
200 m Reg F	16:50								
200 m NAT H	16:55								
200 m Reg H	17:00						NAT F		
1500 m NAT F	17:10			N+R H					
1500 m Reg F	17:20				Rég F	NAT F			
1500 m NAT H	17:30	Rég H	NAT H						Rég H
1500 m Reg H	17:40							Rég F	
110 haies NAT H	17:50								
110 haies Reg H	18:00								
100 haies NAT F	18:10								
100 haies Reg F	18:15						NAT H		
100 m NAT F	18:25								
100 m Reg F	18:30				Rég H	NAT H		Rég H	
100 m NAT H	18:35								
100 m Reg H	18:40	NAT H	Rég F						
3000 steeple H	18:45								
3000 m NAT Reg F	19:05								
3000 m NAT Reg H	19:20								
4 x 100 m NAT F	19:40								
4 x 100 m Reg F	19:50								
4 x 100 m NAT H	20:00								
4 x 100 m Reg H	20:10								
4 x 400 m NAT F	20:20								
4 x 400 m Reg F	20:30								
4 x 400 m NAT H	20:40								
4 x 400 m Reg H	20:50								

**Tirage au sort : A : CEP Lorient / B : Athle Pays Fougères / C :Le Penthièvre Athlétisme / D : Cercle Paul Bert / E : Athlé Pays de Redon / F : Haute Bretagne Athlétisme3 / G : Plumaugat Athlétisme / H : Stade rennais Athlétisme 3**

**Inscriptions via le site internet de la ligue de Bretagne d'Athlétisme pour le vendredi 17 mai**

**Inscriptions des jurys à l'aide du formulaire spécifique pour le jeudi 16 mai 2019 à 20H dernier délai à faire parvenir à l'adresse [cso@bretagneathletisme.com](mailto:cso@bretagneathletisme.com)**