

**POULE MAINTIEN INTERCLUBS N3 BRETAGNE et Poule Régionale
SAINT RENAN
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		
400 haies NAT F	15:15	NAT F	NAT F	N+R F	NAT F	Rég H		NAT 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								
400 m Reg F	15:50						Rég H		
400 m NAT H	16:00								
400 m Reg H	16:10								
800 m NAT F	16:20								
800 m Reg F	16:25					Rég F		NAT F	
800 m NAT H	16:30	Rég F	Rég H		NAT H				
800 m Reg H	16:35								
200 m NAT F	16:45								NAT F Rég F
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		Rég F	
1500 m NAT H	17:30	Rég H	NAT H						
1500 m Reg H	17:40								
110 haies NAT H	17:50								
110 haies Reg H	18:00								Rég H
100 haies NAT F	18:10								
100 haies Reg F	18:15								
100 m NAT F	18:25								
100 m Reg F	18:30				Rég H	NAT H	NAT H		
100 m NAT H	18:35							Rég H	
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 :Souffle Lannilis / B : Léon Trégor Athlé / C :ACR Locmine Pontivy / D : US Bannalec / E : Lannion Athle/ F : Pays landerneau / G : Stade Brestois 2 / H : Saint Pol Athlé

Inscriptions via le site internet de la ligue de Bretagne d'Athlétisme pour le vendredi 17 mai 2019 à 14H.

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