

COURSES				LONGUEUR A TRIPLE	LONGUEUR B	PERCHE	HAUTEUR	POIDS	
Retrait des confirmations 45 mn avant chaque épreuve				Pas de confirmation pour les concours Affichage des groupes sur : direct.athle.fr					
Chambre d'appel 20mn avant l'horaire				11h00	Chambre d'appel	11h00	Chambre d'appel		
11h30	60 m	TCF Séries de niveau	Séries	11h15	Echauffement	11h15	Chambre d'appel	11h15	Echauffement
					LONGUEUR JUM	11h30	Echauffement		
				11h35		11h50	MAM		
						12h35	Chambre d'appel		
13h00	60 m	TCM	Séries			12h00	TCM C	12h00	Chambre d'appel
								12h15	Echauffement
						12h50	Echauffement	12h45	TCF C
				13h10	Chambre d'appel	13h10	ESM SEM		
14h30	60 m	TCF Séries de niveau	Finales	13h25	Echauffement			13h00	Chambre d'appel
				13h45	TRIPLE SAUT CAF			13h15	Echauffement
								13h55	CAF
						14h15	Chambre d'appel	14h15	Chambre d'appel
15h30	60 m	TCM Séries de niveau	Finales			14h30	Echauffement	14h30	Echauffement
				15h00	Chambre d'appel	15h00	Chambre d'appel	15h00	TCF B
				15h15	Echauffement	15h15	Echauffement	15h15	TCM B
				15h30	LONGUEUR CAM Concours A	15h30	LONGUEUR CAM Concours B		
17h00	400 m	TCF	Finales					16h00	Chambre d'appel
				16h55	Chambre d'appel			16h15	Echauffement
				17h10	Echauffement			16h30	MAF
						17h00	Chambre d'appel	17h00	Echauffement
17h30	400 m	TCM	Finales	17h25	TRIPLE SAUT JUF ESF SEF MAF			16h45	Chambre d'appel
						17h15	Echauffement		
18h30	1500m	TCF	Finales			17h30	TCF A	17h30	Echauffement
18h50	1500m	TCM	Finales			18h00	TCM A	17h50	JUF ESF SEF
19h30	4x1 Tour	CAF JUF	Finales						
Puis	4x1 Tour	CAM JUM	Finales						

! Aucun engagement ne sera accepté le jour de la compétition !

Les engagements sont à faire sur le site Internet de la Ligue Région Sud (<http://ligueathletismepaca.athle.fr>) avant le lundi 13 janvier 2025 23h59.

Les listes des athlètes et éventuellement les changements d'horaires en fonction du nombre d'inscrits, seront mis en ligne sur le site Internet à partir du mercredi 15 janvier 2025 14h00.

Règlement et mode de qualification voir livret des compétitions régionale (livret_des_competitions_hivernales_2024-2025.pdf)

Chambre d'appel obligatoire pour tous. Pour les courses confirmations obligatoire pour les 2 tours. Retrait 45 minutes avant.

Pas de confirmation pour les concours Affichage des groupes sur : direct.athle.fr



VERSION_1 = 27/11/2024

Journées Régionales TC et Championnat Régional Masters
en salle Région SUD
Dimanche 19 Janvier 2025
Stadium Miramas Métropole



COURSES				TRIPLE SAUT	LONGUEUR B	PERCHE	HAUTEUR	POIDS			
Retrait des confirmations 45 mn avant chaque épreuve				Pas de confirmation pour les concours Affichage des groupes sur : direct.athle.fr							
Chambre d'appel 20mn avant l'horaire				10h00	Chambre d'appel			10h00	Chambre d'appel		
				10h15	Echauffement		10h15	Chambre d'appel	10h15	Echauffement	
10h30	60 m Haies	MAM	Séries			10h30	Chambre d'appel	10h30	Echauffement		
Puis	60 m Haies (1,06)	ESM SEM	Séries							10h35	CAM
Puis	60 m Haies (0,99)	JUM	Séries								
Puis	60 m Haies (0,91)	CAM	Séries			10h45	Echauffement				
11h00	60 m Haies (0,84)	JUF ESF SEF	Séries					11h00	TCM C		
Puis	60 m Haies (0,76)	CAF MAF	Séries								
				11h30	Chambre d'appel	11h30	TCF B			11h30	Chambre d'appel
					LONGUEUR A						
11h45	3000 m	TCF	Finales	11h45	Chambre d'appel					11h45	Echauffement
						11h50	Echauffement				
12h00	3000 m	TCM	Finales								
				12h05	Echauffement					12h05	JUM ESM
				12h25	JUF/ESF						
12h30	60 m Haies	MAM	Finales								
Puis	60 m Haies (1,06)	ESM SEM	Finales								
Puis	60 m Haies (0,99)	JUM	Finales								
Puis	60 m Haies (0,91)	CAM	Finales								
13h00	60 m Haies (0,84)	JUF ESF SEF	Finales							13h00	Chambre d'appel
Puis	60 m Haies (0,76)	CAF	Finales							13h15	Echauffement
								13h30	Echauffement		
										13h35	SEM
13h45	800 m	TCF	Finales								
		Finales de niveau									
14h20	800 m	TCM	Finales					14h00	TCM B		
						14h25	Chambre d'appel				
				14h35	Chambre d'appel	14h35	Chambre d'appel			14h30	Chambre d'appel
								14h40	Echauffement		
15h00	200 m	TCM	Finales	14h50	Echauffement	14h50	Echauffement				
		Finales de niveau								15h05	MAM 4Kg et 6Kg
				15h10	CAF Concours A	15h10	CAF Concours A				
								15h25	TCF A		
										15h45	Chambre d'appel
										16h00	Echauffement
										16h00	Chambre d'appel
										16h15	Echauffement
16h30	200 m	TCF	Finales					16h30	TCM A		
		Finales de niveau								16h35	MAM 7Kg

! Aucun engagement ne sera accepté le jour de la compétition !

Les engagements sont à faire sur le site Internet de la Ligue Région Sud (<http://ligueathletismepaca.athle.fr>) avant le lundi 13 janvier 2025 23h59.

Les listes des athlètes et éventuellement les changements d'horaires en fonction du nombre d'inscrits, seront mis en ligne sur le site Internet à partir du mercredi 15 janvier 2025 14h00.

Reglement et mode de qualification voir livret des compétitions régionale ([livret_des_competitions_hivernales_2024-2025.pdf](#))

Chambre d'appel obligatoire pour tous. Pour les courses confirmations obligatoire pour les 2 tours. Retrait 45 minutes avant.

Pas de confirmation pour les concours Affichage des groupes sur : direct.athle.fr