

Le samedi 25 novembre, le Comité départemental d'Athlétisme et le SC Bernay organisent une journée de lancers longs ouvert à tous de benjamins à masters.

STAGE DECOUVERTE ET PERFECTIONNEMENT

LANCERS LONGS

BENJAMINS ET MINIMES

9h30 à 11h00

Inscriptions obligatoires par mail à athletismedeleure@gmail.com

Horaires :

- **11h00** Confirmation des engagements
- **11h30** Réunion du jury

Horaires	DISQUE	MARTEAU	JAVELOT	POIDS
11h30	F	BG/BF/MF/MG		H
13h00	H	F	BG/BF/MF/MG	
14h30		H	F	BG/BF/MF/MG
16h00	BG/BF/MF/MG		H	F
17h30	Fin de compétition			

- ❖ En dehors de l'heure prévue pour les premières épreuves, l'horaire sera adapté en fonction du nombre de participants et en fonction de l'avancement des épreuves par le juge arbitre.
- ❖ Les engagements pour les athlètes et les jurys pour les lancers longs sont à effectuer sur le site eure.athle.com pour le jeudi 23 novembre 20h00.

Rappel du quota d'officiel à présenter en fonction du nombre d'athlètes engagés (inscription à faire sur le site du comité) : 1 pour 4, 2 pour 5 à 10, 3 pour 11 à 15, 4 pour 16 à 20, 5 pour 20 à 25 et 6 pour plus de 25.

Règlement :

6 essais par athlète pour les cadets et +
4 essais par athlètes pour les benjamins et minimes