



**COMITE ISERE
ATHLETISME**

INFORMATIONS

REGLEMENT

CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX U16

23/04/2023 – Grenoble

INSCRIPTIONS :

ATHLETES & JURYS : Inscription sur le site Internet du Comité jusqu'au mercredi 19 avril à 23h59.

Tous les clubs sont invités à fournir du jury. Quotas : 1 juge pour 4 athlètes

REGLEMENT ENGAGEMENT :

- Possibilité de faire de 1 à 4 épreuves **MAXIMUM** (hors relais 4x60m).
 - Ils **PEUVENT** faire 2 courses de famille différente + 2 concours + le Relais.

Dossard sur les épreuves de Demi-Fond et Marche : prévoir des épingles

REGISTRE DES ÉPREUVES POINTES D'OR

CATÉGORIES	MINIMES/U16 GARÇONS	MINIMES/U16 FILLES
<i>FAMILLES</i>	<i>ÉPREUVES</i>	<i>ÉPREUVES</i>
VITESSE	80 m 120 m	80 m 120 m
HAIES	100 m haies (84 cm) 200 m haies (76 cm)	80 m haies (76 cm) 200 m haies (76 cm)
DEMI-FOND MARCHE	1000 m 2000 m 3000 m marche	1000 m 2000 m 3000 m marche
SAUTS LONGITUDINAUX	Longueur Triple saut	Longueur Triple saut
SAUTS VERTICAUX	Hauteur Perche	Hauteur Perche
LANCERS HORS CAGE	Poids (4kg) Javelot (600g)	Poids (3kg) Javelot (500g)
LANCERS EN CAGE	Disque (1,250kg) Marteau (4kg)	Disque (800g) Marteau (3kg)

Règlement technique :

Lancers et sauts horizontaux : 4 essais

Hauteur : montées de barre

MIF	104	108	112	116	120	124	128	132	136	140	143	146	149	152	155	158	161	164	166
MIM	110	114	118	122	126	130	134	138	142	146	149	152	155	158	161	164	167	170	173

Perche : montée de barre

TCC	160	170	180	190	200	210	220	230	240	250	260	270	280	290	300	310
------------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

RECOMPENSES :

Médaille pour les 3 premiers de chaque épreuve.

Médailles pour les 3 premières équipes de chaque relais (Féminin, Masculin et Mixte).