



VERSION_1 du 10/04/2023
 VERSION_2 du 20/06/2023
 VERSION_3 du 21/06/2023
 VERSION_4 du 21/06/2023
 VERSION_5 du 21/06/2023

Championnats Régionaux Région Sud
 Cadets à Séniors 1° Journée
 Samedi 24 Juin 2023 - Avignon
 Stade Gilardeaux



Courses		Hauteur 1		Hauteur 2		Marteau		Javelot	
Chambre d'appel 10mn avant l'horaire									
Confirmation obligatoire pour les finales									
14h00	400m haies TCF	14h45	Ju Es Sé M Chambre d'appel	14h45	Ju F Chambre d'appel	14h45	Ca Ju M Chambre d'appel	14h45	Ca F Chambre d'appel
15h00	400m haies Ca M	15h00	Echauffement	15h00	Echauffement	15h00	Echauffement	15h00	Echauffement
15h20	400m haies Ju Es Se M	15h30	Ju Es Sé M 1° Barre 1m64	15h30	Ju F 1° Barre 1m43	15h30	Ca Ju M	15h30	Ca F
15h35	400m haies Ju Es Se M	15h30	Début concours	15h30	Début concours	15h30	Début concours	15h30	Début concours
15h50	200m TCF séries					16h15	Es Se M Chambre d'appel	16h15	Ju Es Sé F Chambre d'appel
16h30	200m TCM séries					16h30	Echauffement	16h30	Echauffement
							Es Se M		Ju Es Sé F
17h00	800m TCF	17h00	Ca Es Sé F Chambre d'appel		Longueur	17h00	Début concours	17h00	Début concours
17h10	800m TCF	17h15	Echauffement	17h15	Ca Ju Es Se M Chambre d'appel				
17h30	800m TCM	17h30	Ca Es Sé F 1° Barre 1m38	17h30	Echauffement				
17h50	200m TCF Finales D-C-B-A	17h45	Début concours	17h45	Ca Ju Se Es M	17h45	Ca F Chambre d'appel		
18h20	200m TCM Finales D-C-B-A			18h00	Début concours	18h00	Echauffement	18h15	Ca M Chambre d'appel
18h50	1500m TCF					18h30	Ca F	18h30	Echauffement
19h00	1500m TCM	19h00	Ca M Chambre d'appel				Début concours	19h00	Ca M
19h10	1500m TCM	19h15	Echauffement	19h15	Ca Ju Es Sé F Chambre d'appel			19h00	Début concours
19h30	3000m Ca et Ju F	19h30	Ca M 1° Barre 1m62	19h30	Echauffement			19h30	Ju Es Sé M Chambre d'appel
19h50	3000m Ca M	19h45	Début concours	19h45	Ca Ju Es Sé F	19h45	Ju Es Sé F Chambre d'appel	19h30	Ju Es Sé M Chambre d'appel
20h05	5000m Ju Es Sé F			20h00	Début concours	20h00	Echauffement	20h00	Echauffement
20h30	5000m Ju Es Sé M					20h30	Ju Es Sé F	20h00	Ju Es Sé M
20h50	3000m steeple Ju Es Sé M						Début concours	20h30	Début concours
21h05	2000m steeple Ca M								
21h20	3000m steeple Ju Es Sé F								
21h35	2000m steeple Ca et Ju F								

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

[Les engagements sont à faire sur le site Internet de la Ligue Région Sud \(http://ligueathletismepaca.athle.fr\)](http://ligueathletismepaca.athle.fr) avant le lundi 19 juin 2023 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 21 juin 2023 14h00.](#)

Règlement et mode de qualification voir livret des compétitions régionale
 disponible sur le site de la ligue

Courses		Perche	Triple Saut	Poids	Disque
Chambre d'appel 10mn avant l'horaire		09h15	TCF Chambre d'appel		
Confirmation obligatoire pour les finales		09h30	Echauffement		
			TCF 1 ^o Barre 2m15		
		10h15	Début concours	10h15	Ca M Chambre d'appel
				10h15	Ju Es Se F Chambre d'appel
				10h15	Ca F Chambre d'appel
				10h30	Echauffement
				10h30	Ju Es Se F
				11h00	Début concours
				11h00	Début concours
11h15	100m Haies Ca F Séries				
11h30	100m Haies Ju Es Sé F Séries				
11h45	110m Haies Ca M Séries	11h45	TCF Chambre d'appel		
12h00	110m Haies Ju M Séries	12h00	Echauffement		
12H15	110m Haies Es Sé M Séries			12h15	Ju M Chambre d'appel
12h30	100m Haies Ca F Finales			12h30	Echauffement
12h45	100m Haies Ju Es Sé F Finales	12h45	TCF 1 ^o Barre 2m55	12h30	Ju M
12h45	100m Haies Ju Es Sé F Finales	12h45	Début concours	12h45	Ju Es Se F Chambre d'appel
13h00	110m Haies Ca M Finales			13h00	Echauffement
13h15	110m Haies Ju M Finales			13h00	Ju Es SE F
13h30	110m Haies Es Sé M Finales			13h00	Début concours
				13h45	Es Sé M Chambre d'appel
				14h00	Echauffement
				14h00	Es Sé M
14h15	100m TCF séries	14h15	TCM Chambre d'appel		
		14h30	Echauffement	14h30	Ju Es SE F Chambre d'appel
14h45	100m TCM séries	14h45	Echauffement	14h30	Début concours
				14h45	Ca M Chambre d'appel
				15h00	Echauffement
				15h00	Ca M
				15h15	Début concours
				15h15	Ca F Chambre d'appel
				15h30	Echauffement
				15h30	Ca F
15h45	100m TCF Finales D-C-B-A			15h15	Début concours
				16h00	Ju Es Se M Chambre d'appel
16h15	100m TCM Finales F-E-D-C-B-A			16h00	Début concours
				16h15	Echauffement
				16h15	Ju Es Sé M Chambre d'appel
				16h30	Echauffement
				16h45	Ju Es Sé M
17h00	400m TCF Finale directe	16h45	Chambre d'appel	16h45	Ca M Chambre d'appel
		17h00	Echauffement	17h00	Echauffement
				17h00	Ca M
17h30	400m TCM Finale directe			17h30	Début concours
17h45	Relais 4x100m	17h45	Début concours		