

3ème hivernale du CDOA

dimanche 10 décembre 2023

NOGENT SUR OISE

Stade Couvert M. Curie avenue Pierre de Coubertin

Ouverture de la salle

9:30

Ouverture du secrétariat

10:00

Confirmation pour les athlètes, confirmation du jury (affectation des postes)

Mise en place du jury

10:30

Courses	Type	CAT	Sexe	HORAIRE	Sautoir Départ	Sautoir Arrivée	<--même jury -->		Poids (côté hauteur)	
							Hauteur (côté virage)	Perche		
60 m Haies	Clit tps	ES SE	M	11:00				CJESM F/M (1 ^{ère} barre 2,00 m)	ES SE MA1 M (7kg)	
	Clit tps	JU MA	M							
	Clit tps	CA	M							
60 m Haies	Clit tps	JESM	F	11:20	TRIPLE SAUT CJESM F (planches à 7, 9 et 11 m)	TRIPLE SAUT CJESM M (planches à 9, 11 et 13 m)				
	Clit tps	CA	F							
60m	Clit tps	CJESM	M	11:50					JESM1 F (4kg)	
60m	Clit tps	CJESM	F	12:40						
400 m	Clit tps	CJESM	M	13:20	LONGUEUR CJESM F	LONGUEUR CJESM F				JUM MA2 M (6kg)
400 m	Clit tps	CJESM	F	14:05			CJESM M (1 ^{ère} barre 1,40 m)			
1 500 m	Clit tps	ESM	M	14:35						
1 500 m	Clit tps	ESM	F	14:55						CAM MA3 M (5kg)
200 m	Clit tps	CJESM	M	15:05						
200 m	Clit tps	CJESM	F	15:30	CJESM M	CJESM M		CJESM F (1 ^{ère} barre 1,15 m)		CAF MA2 MA3 F (3kg)
200 m	Clit tps	CJESM	F	16:25						
800 m	Clit tps	CJESM	M	17:15						
800 m	Clit tps	CJESM	F	17:35						
Fin de la compétition				18:00	Rangement du matériel					

Modalités :

de participation : libre
 d'inscription : en ligne sur le site internet du CDOA
 de confirmation : clôture 30 minutes avant le début théorique de l'épreuve
 financières : 5 euros par athlète hors Oise

réf SIFFA 286716

cloture des inscriptions : **jeudi 7 décembre 2023** à 23h59

d'inscription du jury : en ligne sur le site internet du CDOA

cloture des inscriptions : **jeudi 7 décembre 2023** à 23h59

de contribution au jury : toute bonne volonté acceptée **1 juge pour 4 athlètes est une bonne pratique**

Généralités :

--> Les horaires sont donnés à titre indicatif

Particularités :

ATTENTION

Rappel des catégories pour les Masters
 - MA1 = 35 / 40 / 45
 - MA2 = 50 / 55
 - MA3 = 60 / 65
 etc , etc ...

**ATTENTION : En fonction du nombre d'inscriptions, une nouvelle version des horaires pourrait être réalisée.
 Celle-ci sera mise en ligne sur le site du CDOA le vendredi soir.**