

# Championnats de Normandie en Salle

## Cadets – Juniors – Espoirs – Seniors – Masters

**Date** : Samedi 19 et Dimanche 20 Janvier 2019

**Lieu** : Salle Jesse Owens à Val de Reuil

### **Participation** :

- Tous les athlètes ayant réalisé les minimas de la grille ci-dessous seront qualifiés, minimas à réaliser durant la saison hivernale 2018 / 2019 et au plus tard le Dimanche 13 Janvier 2019. Il n'y a donc pas d'engagement à faire, la liste des qualifiés sera fournie par le bilan hivernal.
- Les demandes de qualifications exceptionnelles sont à adresser au Président de la CSO, sur l'imprimé ci-joint pour le Lundi 14 Janvier 20h00. **Toute demande de QE ne passant pas par ce canal sera refusée.**
- La liste complète des athlètes qualifiés sera consultable sur le site de la Ligue à la rubrique « ENGAGÉS » à partir du Mardi 15 Janvier 12h00. En cas d'oubli ou d'erreur, contacter le Président de la CSO. **Il n'y a pas d'engagements sur place !**
- Ces championnats sont ouverts aux athlètes des catégories Cadets à Masters. Les minimas des Masters sont identiques à ceux de la catégorie Cadets. Dans la mesure du possible il y aura une finale Masters sur 60m et sur 200m.

### **Compétition** :

- Le jour des championnats, en arrivant à la salle, confirmer sa participation à la chambre d'appel pour toutes les épreuves (courses et concours) où l'athlète est qualifié et éventuellement désengager les absents.
- **Sur 60m et 60 haies**, il y aura 2 tours possibles, séries et finales :
  - 1<sup>er</sup> tour, séries de niveaux en fonction des temps du bilan, toutes catégories confondues.
  - 2<sup>ème</sup> tour, finales de niveaux en fonction des temps du 1<sup>er</sup> tour. **Obligation pour tous les athlètes de confirmer son engagement ou son forfait à la chambre d'appel une demi-heure maximum avant l'heure prévue pour le 2<sup>ème</sup> tour.**
- **Sur 200m** :
  - Par décision de la CSO, séries par catégories. Finales TCC de niveaux.
  - Séries constituées en fonction des temps d'engagements. 2<sup>ème</sup> course TCC en fonction des temps des séries. Pour la constitution des courses, utilisation de l'exemple suivant : 60 athlètes engagés, 10 courses, classement des athlètes de 1 à 60 suivant les temps d'engagements ou des séries, les 4 meilleurs temps dans la série 1 dans les couloirs 6 – 5 – 4 – 3, les 4 suivants dans la série 2, etc. suivant le tableau ci-dessous :

Couloir	Série 1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
2	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
3	4	8	12	16	20	24	28	32	36	40
4	3	7	11	15	19	23	27	31	35	39
5	2	6	10	14	18	22	26	30	34	38
6	1	5	9	13	17	21	25	29	33	37

Dans la mesure du possible, les couloirs 1 et 2 ne seront pas utilisés.

## Grille des Minimas

MINIMAS REGIONAUX EN SALLE 2019										
Epreuves	CH	JH	EH	SH	MH	CF	JF	EF	SF	MF
<b>60</b>	7,8	7,8	7,7	7,7	7,9	8,8	8,8	8,8	8,8	8,8
<b>200</b>	25,8	25,3	25	24,8	25,8	29,5	29,2	29,2	29	29,5
<b>400</b>	X	58	57	56	60	X	72	70	70	74
<b>800</b>	X	2'12	2'10	2'08	2'12	X	2'45	2'45	2'45	2'45
<b>1500</b>	X	4'30	4'25	4'25	4'30	X	5'40	5'30	5'30	5'40
<b>3000</b>				10'00					11'30	
<b>60 haies</b>	10,24	10,14	10,14	10,14	10,24	11,24	11,04	11,04	11,04	11,24
<b>Marche</b>	30'	29'	28'30	28'	30'	20'	20'	19'30	19'	20'
<b>Hauteur</b>	1,60 m	1,65 m	1,70 m	1,75 m	1,60 m	1,40 m	1,40 m	1,40 m	1,40 m	1,40 m
<b>Longueur</b>	5,50 m	5,60 m	5,70 m	5,70 m	5,50 m	4,60 m	4,70 m	4,70 m	4,70 m	4,60 m
<b>Perche</b>	3,40 m	3,50 m	3,60 m	3,60 m	3,40 m	2,50 m	2,50 m	2,60 m	2,60 m	2,50 m
<b>Triple - Saut</b>	11 m	11 m	11 m	11 m	11 m	9,30 m	9,40 m	9,50 m	9,50 m	9,30 m
<b>Poids</b>	10 m	10 m	10 m	10 m	10 m	8,50 m	8,50 m	8,50 m	8,50 m	8,50 m

(\*) - Comme aux Pré-France, le 1500m est ouvert sur inscription pour la catégorie Juniors, mais sans podiums.

### Titres décernés :

Dans toutes les courses et concours, il sera attribué :

- 1 podium scratch (3 médailles)
- 1 podium Cadets, 1 podium Juniors et 1 podium Espoirs (3 médailles dans chaque catégories).

Les Masters participent aux Championnats Régionaux dans la catégorie Seniors, avec des haies Seniors, lancent les engins de la catégorie Seniors et peuvent prétendre au podium scratch.