Régionaux Masters en salle à Mondeville (14)
Halle d'Ornano
Samedi 17 Février 2024

Titres décernés :

Dans toutes les courses et concours, il sera attribué :
Un podium par sous-catégorie masters (visible sur SI-FFA)

Pour récompenser les athlètes ayant réalisé les minimas médailles ci-joints, le principe d'une médaille unique est acté : à partir du moment où un athlète est médaillable, il en reçoit une et une seule, elle est de la couleur correspondant à la meilleure place de la journée.
Les athlètes absents au podium ne seront pas récompensés.
La remise des médailles (en fin de compétition) sera suivie d'un moment convivial offert par la ligue de Normandie (jus de pomme et cidre). Le buffet sera constitué de ce que les athlètes voudront bien partager (salé/ sucré).

Restauration :

Par ailleurs, une buvette sera mise à disposition de tous.
Les jurys seront bien entendu restaurés par l'organisation.

Engagements :

Fin des engagements des athlètes le **jeudi 15 février 2024 à 12h00** (engagements : sebastien.normandie.athle@gmail.com).
4 épreuves au maximum par athlète. Pas d'engagement sur place.

Athlètes hors ligue de Normandie :

Les athlètes hors ligue sont autorisés à participer à hauteur de 15 € par athlète (facturation auprès du club - sauf pour la ligue de Bretagne car une convention existe entre les 2 ligues).

Jury :

Chaque club devra mettre à la disposition du directeur de réunion le nombre d'officiels suivant en fonction du nombre d'athlètes inscrits :

- De 3 à 6 athlètes : 1 officiel
- De 7 à 11 athlètes : 2 officiels
- De 12 à 16 athlètes : 3 officiels
- + 1 officiel par tranche de 5 athlètes supplémentaires.

La liste des officiels est à expédier à Vincent Lesénéchal : vince.lesenechal@gmail.com avant le **jeudi 15 février 2024 à 12h00.**

Directeur de compétition : Cécile Pannetier (Pdte commission Masters de la LNA - CAC)
Directeur de réunion : Vincent Lesénéchal (CAC)
Juge-arbitre : Daniel Laigre (A2C)
Chrono électrique : Dominique Lesénéchal (EAMH)
Secrétariat logica : Dominique Bénard (A2C), Agnès Lecordier (PSLA)
Juges de départ : :
Animation : Commission animation

Horaires :

Réunion de jury : 11h15

Courses	Horaires	Hauteur	Longueur	Triple	Perche	Poids
60m Haies F-H	**12h00**			H	F	
60m finales directes F-H	**12h30**					
50m finales directes F-H (épreuve hors championnat)	**13h00**			F		
800m F	**13h45**					F
800m H	**14h00**	F-H (1ère barre la plus basse demandée)	H		M	
1500m F	**14h15**					
1500m H	**14h30**					
400m F	**15h00**					H M35-45
400m H	**15h15**	F-H (1ère barre 1m40)				
200m F	**15h45**		F			
200m H	**16h15**					H M50+
3000m Marche F-H (Série la plus rapide temps inférieur à 17'00''00)	**16h45**					
3000m Marche F-H (Série la moins rapide temps supérieur à 17'00''00)	**17h15**					
Relais 4x200m	**17h45**					

Minima médailles :

Minima médailles régionaux masters Normandie en salle													
HOMMES	60m	200m	400m	800m	1500m	60m H	3000m	ht	Pe	Lg	Ts	pds	3000 Marche
M35	8"47	27"5	1'01	2'22	4'46	10"78	10'05	1,49	3,15	5,04	10,35	11,16	17'
M40	8"58	28"1	1'02	2'24	4'51	11"00	10'27	1,44	3,06	4,95	10,08	10,8	17'5
M45	8"91	29"3	1'04	2'29	5'05	11"77	11'05	1,35	2,79	4,59	9,36	9,72	18'
M50	9"24	30"6	1'08	2'38	5'23	12"21	11'49	1,26	2,52	4,23	8,64	9,72	18'5
M55	9"68	32"0	1'12	2'50	5'45	13"20	12'39	1,17	2,25	3,92	7,92	8,55	20'
M60	10"12	33"7	1'17	3'05	6'14	13"97	13'34	1,08	1,89	3,6	7,2	8,82	22'
M65	10"67	36"1	1'22	3'24	6'47	15"51	14'40	0,99	1,71	3,33	6,57	7,83	25'
M70	11"44	39"6	1'30	3'50	7'33	16"50	16'05	0,9	1,53	2,97	5,94	7,2	28'
M75	12"65	43"5	1'41	4'22	8'53	18"15	17'47	0,81	1,35	2,52	5,4	6,3	32'
M80	14"30	50"6	1'57	5'02	10'51	19"80	21'14	0,72	1,17	2,25	4,86	5,85	37'
M85	16"28	58"3	2'18	5'46	13'01	22"00	26'24	0,63	0,99	1,98	4,32	5,4	43'

Minima médailles régionaux masters Normandie en salle													
FEMMES	60m	200m	400m	800m	1500m	60m H	3000m	ht	Pe	Lg	Ts	pds	3000 Marche
F35	9"79	32"5	1'15	2'56	5'57	13"31	12'55	1,26	1,89	3,92	7,88	8,73	20'4
F40	9"90	33"0	1'16	2'58	6'03	12"10	13'12	1,22	1,98	3,83	7,65	8,46	20'5
F45	10"45	35"0	1'20	3'08	6'21	13"31	13'50	1,13	1,8	3,51	7,02	7,65	21'5
F50	11"11	37"2	1'25	3'21	6'43	14"52	14'29	1,04	1,62	3,2	6,35	7,56	22'4
F55	11"88	39"7	1'32	3'34	7'14	15"95	15'13	0,95	1,53	2,88	5,67	6,75	23'4
F60	12"76	43"0	1'41	3'45	7'54	17"05	16'08	0,86	1,35	2,57	5,18	5,94	24'6
F65	13"86	47"3	1'53	4'15	8'40	18"70	17'47	0,81	1,26	2,21	4,68	5,22	26'2
F70	15"07	52"8	2'03	4'42	9'58	20"46	20'21	0,72	1,08	1,98	4,23	4,32	28'4
F75	16"50	60"5	2'25	5'19	11'33	22"55	23'39	0,63	0,99	1,8	3,78	3,87	31'5