

L'association des 24 Heures d'Eppeville et CAP 21 & les comités départementaux UFOLEP 80 et 02: vous invitent au

CRITERIUM DÉPARTEMENTAL UFOLEP

ufolep SAMEDI 24 AVRIL 2010 **ufolep**

à partir de 14 H00

STADE MUNICIPAL DE LA CITE GERMAINE à EPPEVILLE

PISTE SYNTHETIQUE : POINTES LONGUES INTERDITES

PROGRAMME & HORAIRE

14H00 SECRETARIAT / INSCRIPTIONS / REMISES DES FICHES QUADRATHLON

	COURSES	SAUTS	LANCERS
14H30 →	EA vitesse 50 m plat une seule course	PO longueur 3 essais	BE / MI poids, disques, marteaux 4 essais
15H00 →	PO vitesse 50m plat une seule course	BE / MI longueur 4 essais	EA balles 3 essais
15H30 →	BE / MI vitesse 50 ou 100m plat une seule course	EA longueur 3 essais	PO balles 3 essais
16H00 →	EA / PO / BE / MI 1000m une seule course	LONGUEUR CA à VE	POIDS T.C
vers 17H00	100 m et 200m TC en couloirs 400m, 800m, 1500m, 3000m TC	PUIS HAUTEUR	Disque & Marteaux ET Javelots TC

(classement aux points selon la table de cotation des épreuves multiples)

(EAM EAF POM POF BEM BEF MIM & MIF)

les lancers de Javelots, Disques et Marteaux se feront en fin de programme

Chaque club mettra une ou deux personnes à la disposition du jury dès le début des épreuves

Les dirigeants de clubs sont chargés de faire respecter la propreté des lieux.

Les dirigeants des 24 Heures d'Eppeville et le comité de la Somme U.F.O.L.E.P. déclinent toute responsabilité en cas de vol au cours de l'épreuve,

