



**COMPETITION REGIONALE D'ATHLETISME
STADE DE MARCK EN CALAISIE
SAMEDI 2 OCTOBRE
2010**



Bondues, le 23 Août 2010

Aux Présidentes et Présidents
Des Associations Sportives

Madame la Présidente, Monsieur le Président,

L'Association Sportive de l'Etoile Omnisport de Calais (62/02) et l'A.S. Mark Athlétisme, sous l'égide du Comité Régional Sport Adapté Nord-Pas-de-Calais, organise :

**UNE COMPETITION REGIONALE D'ATHLETISME
LE SAMEDI 2 OCTOBRE 2010 de 9h30 à 16h00
*Stade Jean-Claude AGNERAY rue du stade 62730 Marck en Calais***

Vous trouverez ci-joint :

- ✓ Les catégories, le règlement,
- ✓ La liste des épreuves,
- ✓ Les fiches d'inscription,
- ✓ Le parcours et le plan d'accès.

Les inscriptions seront clôturées le 25 septembre 2010. La licence Sport Adapté en cours est **OBLIGATOIRE**. Pour tout renseignement et envoi des inscriptions s'adresser :

**Au Comité Régional Sport Adapté du Nord-Pas-de-Calais
Monsieur Hervé DEWAELE**

Tel : 03.20.03.65.84 Fax : 03.20.03.65.85 Email : ffsacr16@wanadoo.fr

Nous vous prions d'agréer, Madame la Présidente, Monsieur le Président, l'expression de nos sentiments les meilleurs.

**L'EOC,
Mme Roberte BIALLAIS**

**Le C.R.S.A.,
Mr Francis FAELENS**



**COMPETITION REGIONALE D'ATHLETISME
STADE DE MARCK EN CALAISIE
SAMEDI 2 OCTOBRE
2010**



Dispositions générales pour la journée

Les participants aux épreuves des 3 Divisions devront être en possession d'une licence compétitive FFSA à l'année pour la saison 2010/2011.

Les résultats obtenus lors de ce championnat seront retenus en cas de sélection pour les championnats de France d'Athlétisme 2011.

La réglementation de la FFSA sera appliquée. Vous la trouverez sur le site Internet de la Fédération : <http://ffsa.asso.fr>

CATEGORIES D'ÂGES :

Poussins :	né entre 2000 - 2001
Benjamins :	né entre 1998 – 1999
Minimes :	né entre 1996 - 1997
Cadets :	né entre 1994 - 1995
Juniors :	nés entre 1992 - 1993
Séniors :	nés entre 1991 - 1971
Vétérans :	nés en 1970 et avant

Programme de la journée

- **9h00 à 9h30** : Accueil des participants. Vérification des licences et remise des dossards.
- **9h45** : Début des épreuves compétitives.
- **13h00** : Arrêt des épreuves pour déjeuner. Le repas est à la charge des participants.
- **14H00** : reprise du concours.
- **15h45** : Remise des récompenses et verre de l'amitié.

REGLEMENT SPORTIF

Les horaires prévisionnels indiqués dans ce dossier pourraient subir quelques modifications en fonction du nombre de personnes inscrites.

Les participants et les accompagnateurs s'engagent à se conformer au règlement sportif F.F.S.A. et au programme de la manifestation.

La réglementation de la Division 1 est la plus proche possible du règlement officiel de la Fédération Française d'Athlétisme.

Les réglementations des Divisions 2 et 3 présentent davantage d'adaptation, de simplification et d'aménagement.

Chaque sportif peut participer à 2 courses/marche et à 2 concours, 1 saut (hauteur ou longueur) et 1 lancer (poids ou vortex). Se référer à la Table des Epreuves suivant les divisions et les catégories d'âge.

La licence compétitive 2010/2011 est obligatoire.

Pour tout renseignement complémentaire, n'hésitez pas à nous contacter :

Hervé DEWAELE, Tel. 03 20 03 65 84 Email : hervé.dewaele@ffsa.asso.fr

Thomas VERNALDE , thomas.vernalde@ffsa.asso.fr

Liste des épreuves masculines :

EPREUVES	CATEGORIES	MINIMA DI	MINIMA DII	MINIMA DIII
COURSE 50 M	Poussin Benjamin	Pas de minimas		
	Minime	- 8sec40	+8sec40	+ 10sec20
COURSE 100 M	Cadet	- 14sec70	- 14sec70	+ 18sec50
	Junior	- 14sec30	- 14sec30	+ 18sec00
	Senior	- 13sec80	- 13sec80	+ 17sec50
	Vétéran	- 14sec30	- 14sec30	+ 18sec00
COURSE 1000 M	Poussin Benjamin	Pas de minimas		
	Minime	- 5min07	+ 5min07	
COURSE 1500 M	Cadet	- 7min40	+ 7min40	
	Junior	- 7min50	+ 7min50	
	Senior	- 7min20	+ 7min20	
	Vétéran	- 7min50	+ 7min50	
MARCHE 400 M	Poussin Benjamin Minime			Pas de minimas
MARCHE 800 M	Cadet Junior Senior Vétéran			Pas de minimas
POIDS	Poussin 2kg Benjamin 3kg	Pas de minimas		
	Minime 4kg (2kg-D3)	+ 7,60 m	- 7,60 m	- 5,00 m
	Cadet 5kg (3kg-D3)	+ 7,00 m	- 7,00 m	- 6,00 m
	Junior 6kg (4kg-D3)	+ 7,00 m	- 7,00 m	- 6,00 m
	Senior 7,26kg (5kg-D3)	+ 7,00 m	- 7,00 m	- 6,00 m
	Vétéran 6kg (4kg-D3)	+ 6,50 m	- 6,50 m	- 6,00 m
VORTEX	Poussin Benjamin Minime	Pas de minimas		
	Cadet	+ 30 m	+ 20 m / - 30 m	- 20 m
	Junior	+ 35 m	+ 25 m / - 35 m	- 25 m
	Senior	+ 40 m	+ 30 m / - 40 m	- 30 m
	Vétéran	+ 30 m	+ 25 m / - 35 m	- 25 m
LONGUEUR	Poussin Benjamin	Pas de minimas		
	Minime	+ 3,70 m	- 3,70 m	- 2,60 m
	Cadet	+ 3,80 m	- 3,80 m	- 2,70 m
	Junior	+ 4,00 m	- 4,00 m	- 2,90 m
	Senior Vétéran	+ 4,20 m + 4,00 m	- 4,20 m - 4,00 m	- 3,10 m - 2,90 m
HAUTEUR	Minime	+ 1,12 m	- 1,12 m	
	Cadet	+ 1,15 m	- 1,15 m	
	Junior	+ 1,20 m	- 1,20 m	
	Senior Vétéran	+ 1,25 m + 1,20 m	- 1,25 m - 1,20 m	
RELAIS 4 X 100 M	Poussin Benjamin Minime			
	Cadet	Pas de minimas	Pas de minimas	Pas de minimas
	Junior			
	Senior			
	Vétéran			

Liste des épreuves compétitives féminines :

EPREUVES	CATEGORIES	MINIMA DI	MINIMA DII	MINIMA DIII
COURSE 50 M	Poussine Benjamine	Pas de minimas		
	Minime	- 9sec20	+9sec20	+ 12sec80
COURSE 100 M	Cadette	- 17sec50	- 17sec50	+ 20sec00
	Junior	- 16sec70	- 16sec70	+ 19sec50
	Senior	- 16sec40	- 16sec40	+ 19sec00
	Vétéran	- 16sec70	- 16sec70	+ 19sec50
COURSE 1000 M	Poussine Benjamine	Pas de minimas		
	Minime	- 5min57	+ 5min57	
COURSE 1500 M	Cadette	- 8min50	+ 8min50	
	Junior	- 8min30	+ 8min30	
	Senior	- 8min50	+ 8min50	
	Vétéran	- 8min30	+ 8min30	
MARCHE 400 M	Poussine Benjamine Minime			Pas de minimas
MARCHE 800 M	Cadette Junior Senior Vétéran			Pas de minimas
POIDS	Poussine 1kg Benjamine 2kg	Pas de minimas		
	Minime 2kg (kg-D3)	+ 5 m	- 5 m	- 5,50 m
	Cadette 3kg (2kg-D3)	+ 6,60 m	- 6,60 m	- 4,25 m
	Junior 4kg (2kg-D3)	+ 7,60 m	- 7,60 m	- 4,75 m
	Senior 4kg (2kg-D3)	+ 7,85 m	- 7,85 m	- 4,75 m
	Vétéran 4kg (2kg-D3)	+ 7,60 m	- 7,60 m	- 4,75 m
VORTEX	Poussine Benjamine Minime	Pas de minimas		
	Cadette	+ 25 m	+ 17 m / - 25 m	- 17 m
	Junior	+ 27 m	+ 19 m / - 27 m	- 19 m
	Senior	+ 28 m	+ 20 m / - 28 m	- 20 m
	Vétéran	+ 25 m	+ 19 m / - 25 m	- 19 m
LONGUEUR	Poussine Benjamine	Pas de minimas		
	Minime	+ 3,30 m	- 3,30 m	- 2,30 m
	Cadette	+ 3,40 m	- 3,40 m	- 2,40 m
	Junior	+ 3,60 m	- 3,60 m	- 2,50 m
	Senior Vétéran	+ 3,70 m + 3,60 m	- 3,70 m - 3,60 m	- 2,60 m - 2,50 m
HAUTEUR	Minime	+ 1,02 m	- 1,02 m	
	Cadette	+ 1,05 m	- 1,05 m	
	Junior	+ 1,10 m	- 1,10 m	
	Senior Vétéran	+ 1,12 m + 1,10 m	- 1,12 m - 1,10 m	
RELAIS 4 X 100 M	Poussine Benjamine Minime Cadette Junior Senior Vétéran	Pas de minimas	Pas de minimas	Pas de minimas

Fiche d'Engagement Aux Epreuves Individuelles
MASCULIN

Association :	N° Affiliation :
Personne à contacter :	
Tel :	Email :

Chaque athlète peut s'engager dans 2 courses (1 sprint – 1 ½ fond) et 2 concours (1 saut et 1 lancer).

Nom	prénom	licence	Caté.	div	Epreuves								
					50 m	100 m	1000 m	1500 m	400 marche	800 marche	Ht ou Lg	Pds ou vortex	

Rappel :

- Chaque sportif s'inscrit dans la division de l'épreuve la plus élevée. Se référer à la liste des épreuves.
- Toute performance incohérente avec la division d'engagement entraînera la disqualification.
- Une marge de tolérance de 10 % est appliquée en cas de litige.
- Licence sportive 2010 / 2011 Obligatoire

Fiche à retourner pour le 25 septembre 2010 au
Comité Régional Sport Adapté Nord Pas de Calais
60 rue des Ravennes
59910 Bondues
Fax : 03 20 03 65 85 Email : ffsacr16@wanadoo.fr

Fiche d'Engagement Aux Epreuves Individuelles
FEMININ

Association :	N° Affiliation :
Personne à contacter :	
Tel :	Email :

Chaque athlète peut s'engager dans 2 courses (1 sprint – 1 ½ fond) et 2 concours (1 saut et 1 lancer).

Nom	prénom	licence	Caté.	div	Epreuves								
					50 m	100 m	1000 m	1500 m	400 marche	800 marche	Ht ou Lg	Pds ou vortex	

Rappel :

- Chaque sportif s'inscrit dans la division de l'épreuve la plus élevée. Se référer à la liste des épreuves.
- Toute performance incohérente avec la division d'engagement entraînera la disqualification.
- Une marge de tolérance de 10 % est appliquée en cas de litige.
- Licence sportive 2010 / 2011 Obligatoire

Fiche à retourner pour le 20 septembre 2010 au
Comité Régional Sport Adapté Nord Pas de Calais
60 rue des Ravennes
59910 Bondues
Fax : 03 20 03 65 85 Email : ffsacr16@wanadoo.fr

Fiche Collective d'Engagement
RELAIS 4 X 200 m

Le relais peut être composé par des sportifs de divisions différentes mais de catégorie d'âge identique.

Association :	N° Affiliation :
Catégorie (voir fiche annexe) :	

Relais Masculin :

EPREUVES	LISTE DES COUREURS	CATEGORIES	N° DU RELAIS
COURSE 4 X 100 m <input type="checkbox"/>			

Relais Féminin :

EPREUVES	LISTE DES COUREURS	CATEGORIES	N° DU RELAIS
COURSE 4 X 100 m <input type="checkbox"/>			

Fiche à retourner pour le 25 septembre 2010 au
Comité Régional Sport Adapté Nord Pas de Calais
60 rue des Ravennes
59910 Bondues
Fax : 03 20 03 65 85 email : ffsacr16@wanadoo.fr