



SAMEDI 16 avril 2011

	FEMMES			HOMMES		
	Minimes	Cadettes	Ju / Es / Sen	Minimes	Cadets	Ju / Es / Sen
13h30	LIMITE DE CONFIRMATION D'ENGAGEMENT					
14h00						100m
14h05					100m	
14h15				100 Haies		
14h20			100 Haies			
14h25		100 Haies				
14h30	80 Haies			Disque	Longueur (1)	Longueur (2)
15h00		Hauteur	Hauteur			
15h45					Poids (1)	Poids (2)
16h00	Longueur			Perche		
16h30		Poids (1)	Poids (2)			
17h00					Hauteur	Hauteur
17h30						
17h40	Poids	200m				
17h45			200m	Javelot		
18h40	100m					
18h50					400m	
19h00						400m

DIMANCHE 17 avril 2011

Horaires	FEMMES				HOMMES			
	Benjamines	Minimes	Cadettes	Ju/Es/Sen	Benjamins	Minimes	Cadets	Ju/Es/Sen
LIMITE DE CONFIRMATION D'ENGAGEMENT une ½ avant la 1^{ère} épreuve								
10h00							110m haies	
10h15								110m haies
10h45							Disque	Disque
11h00	50m haies							
11h00		Javelot	Longueur (1)	Longueur (2)	50m haies			
11h15						100m		
11h30	Hauteur (1)				Hauteur (2)			
Pause repas de 12h00 à 12h45 (sauf perche – hauteur et course)								
12h30							Perche	Perche
12h45	Javelot					Hauteur		
13h00								
13h30		Hauteur	Javelot (1)	Javelot (2)				
14h30					Disque			
15h00						Poids	Javelot (1)	Javelot (2)
15h30			800m	800m				
15h45		1000m				1000m		
16h00	1000m							
16h15					1000m			
16h30							1500m	1500m
17h00	Remise des récompenses							

NOUVELLE
EPREUVE BENJAMIN

Un tétrathlon sera organisé pour la catégorie benjamin le dimanche 17 avril 2011

Benjamin : 50 m haies – Hauteur – Disque – 1000 m

Benjamine : 50 m haies – Hauteur – Javelot – 1000 m

LIEU

Stade Léo Lagrange (derrière la soucoupe), la compétition sera fléchée à partir de la gare à l'entrée de St Nazaire.

Parking conseillé coté avenue Pierre de Coubertin (juste après la piscine)

ENGAGEMENTS

- Départementaux d' Epreuves combinées : au Comité le 4 avril 2011
- Epreuves ouvertes : à ESCO 44, 10 rue Georges Clemenceau - 44600 Saint-Nazaire
Ou par mail : p.rouene@free.fr ou esco44@esco44.net

RENSEIGNEMENTS

Auprès de Patrick ROUENE : p.rouene@free.fr ou 06 16 66 47 44

HEBERGEMENTS (à 5mn du stade)

B&B : 08 92 78 80 96

Formule 1 : 08 91 70 53 86

Campanile : 02 40 90 44 44

IBIS : 02 40 90 39 39

RESTAURATION

Buvette sur place et **possibilité de commander des plateaux repas (salade composée + tranches rôti + pain + fromage + fruit + bouteille d'eau) pour le dimanche midi** en renvoyant le bon ci-dessous avec un chèque à l'ordre de ESCO 44 St Nazaire.

Passer votre commande le plus tôt possible.

Merci.

✂-----

NOM Prénom :

CLUB :

Montant

Nombre de plateaux repas (dimanche midi) : x 5 euros =