

**COMITE DEPARTEMENTAL D'ATHLETISME
DU PAS DE CALAIS**

**JOURNEES QUALIFICATIVES EN SALLE
POUSSIN (E)S- BENJAMIN (E)S**

Sauf le 12 Decembre Challenge Joseph Hoffer.

La période de la compétition se déroulera du 01 novembre 2009 au 06 mars 2010 inclus.

Concernant les catégories d'âge : Pour une bonne lecture de la compétition, il y a lieu d'anticiper le changement de catégorie, comme une circulaire, émanant de la F.F.A. le permet ; concernant le challenge YVES CENSE, les points de participation aux épreuves en salle seront attribuées, pour la période allant du 01 novembre 2009 au 31 décembre 2009, aux athlètes nés en 1998 participant aux épreuves benjamin(e)s, aux athlètes nés 1999-2000 participant aux épreuves poussin(e)s, le cours normal d'attribution des points reprendra au 01 janvier 2010.

Les qualifications pour les différents championnats départementaux, correspondront aux catégories d'âge établies ci-dessus.

Ecole d'athlétisme : 2001 - 2002

Poussin(e)s : 1999 - 2000

Benjamin(e)s : 1997 - 1998

Les dates possibles d'organisations : les clubs, souhaitant, organiser des épreuves en salle, sont priés de transmettre leur date au CD 62, qui transmettra à la commission des jeunes afin d'établir un calendrier hivernal où seront positionnés les différents clubs de proximité géographique, et ce pour le 07 Novembre 2009 au plus tard : **date limite d'organisation le 06/03/2010** :

Dimanche 08 Novembre 2009

Samedi 14 Novembre 2009

Samedi 21 Novembre 2009

Dimanche 22 Novembre 2009

Samedi 28 Novembre 2009

Dimanche 29 Novembre 2009

Samedi 05 Décembre 2009

Dimanche 06 Décembre 2009

Dimanche 13 Décembre 2009

Samedi 19 Décembre 2009

Samedi 09 Janvier 2010

Dimanche 10 Janvier 2010

Dimanche 24 Janvier 2010

Samedi 30 Janvier 2010

Dimanche 31 Janvier 2010

Samedi 06 Février 2010

Samedi 13 Février 2010

Samedi 20 Février 2010

Dimanche 21 Février 2010

Samedi 27 Février 2010

Dimanche 28 Février 2010

Samedi 06 Mars 2010

- Les épreuves qualificatives :

30m-30m haies – Hauteur - Quintuple bond – Poids - Relais navette.

- Le règlement :

Les athlètes pourront participer à un **maximum de 3 journées qualificatives**.
Lors de chaque journée qualificative, les athlètes pourront concourir sur un triathlon (Course- Saut- Lancer).

- Les départs :

- Au sifflet
- Les commandements sont : à vos marques...prêts...le sifflet pour partez.

- Position de départ pour les courses :

- Pas de starting block
- 4 appuis au sol

- Hauteur des haies :

- Poussin(e)s : 50 cm
- Benjamin(e)s : 65 cm

- Nombre de haies :

- 3

- Positionnement des haies :

- Poussines : 11m00...06m50...06m00.
- Poussins : 11m00...07m00...05m00.
- Benjamin(e)s : 11m50...07m50...03m50.

- Saut en hauteur :

- 8 essais + essais en or jusqu'au 1^{er} échec
- Les montées de barre :
- PF/PM : Voir les montées de barre des dites catégories.(organiser un seul concours de hauteur pour ces catégories)
- **BF** : 0m90-0m95-1m00-1m05-1m10-1m15-1m18-1m21-1m24-1m27-1m30-1m32-1m34- etc...de 2 en 2 cm.
- **BM** : 1m00-1m05-1m10-1m15-1m20-1m25-1m30-1m34-1m38-1m41-1m44-1m47-1m50-1m52-1m54-1m56- etc...de 2 en 2 cm.

ATTENTION: pour les benjamin(e)s, seules seront retenues les performances réussies
Selon les passages de hauteur notées ci-dessus pour les qualification : toutes les barres non notées seront affectées de la hauteur immédiatement inférieure.

- Quintuple bond :

- Prévoir une longueur de tapis souple d'environ 20mètres.
- La réception peut se faire sur 1 ou 2 pieds.
- **La zone d'élan (avant la zone d'appel) est obligatoirement limitée à une longueur de 6 mètres.**

- Poids :

- Il est souhaitable de faire lancer un poids en caoutchouc lesté.
- La zone de réception sera protégée au maximum.
- Il est important de vérifier la technique de lancer, tout évitant les << 0 >>. Et de faire preuve de souplesse et de sagesse envers les athlètes.
- PF : 1kg
- PM/BF/ 2kg
- BM/ 3kg

- Relais navettes:

- Des relais constitués de 4 à 6 athlètes sur une distance d'environ 4 ou 6x 50 mètres.
- Toutes les possibilités sont autorisées pour organiser ces relais navettes (mixité, clubs, ect...)
Les écoles d'athlétisme (né en 2001-2002) peuvent être accueillies par les organisateur (se renseigner auprès de l'organisateur) sur les épreuves suivantes : 30m - triple bond (identique au règlement ci dessus) – poids de 1kg – relais navette.

- Les inscriptions :

Les clubs invités feront parvenir leurs inscriptions, la veille par fax ou courrier, ceci afin d'organiser au mieux la compétition.

- Les résultats :

Ils devront parvenir au CD dès le mardi suivant, ou envoyé par courrier à Mr Christian Herbaut, 5 rue Christophe Colomb 62640 Montigny en Gohelle.