

# Championnats régionaux en salle Espoirs Seniors

# Championnats Régionaux de 60m Haies CAM-JUM

Samedi 17 et Dimanche 18 janvier 2026 – Paris - INSEP

## REGLEMENT TECHNIQUE

RAPPEL : les athlètes Cadets, Juniors et Masters participent aux épreuves Seniors .

Pour les Haies les Cadets et Juniors participent aux épreuves de leur catégorie.

**Les confirmations des engagements doivent se faire à la table CSO au moins 30 minutes avant le début de votre épreuve.**

Au regard du nombre d'engagés au Jeudi 14 janvier 2026, la CSO prend les décisions suivantes :

### COURSES -----

**60m** ESM : 3 finales – SEM : 4 finales - ESF : 2 finales – SEF : 3 finales

**60m haies:** ESM/SEM : 3 finales – ESF/SEF : 3 finales

**CAM** : 3 finales – **CAF** : 3 finales – **JUM** : 2 finales – **JUF** : 2 finales

Les finales sont des courses à 8 athlètes (ex 3 finales = 24 athlètes qualifiés)

### RAPPEL

**Non-participation aux finales** : à l'issue des séries, les athlètes qualifiés pour les finales, mais qui ne souhaitent pas y participer, sont priés d'en avertir le secrétariat de la compétition.

### CONCOURS -----

#### - Hauteur et Perche

Pour chaque épreuve, il y aura 2 concours de niveau (cf. composition des groupes), **sauf hauteur ESM-SEM 1 seul concours**.

Il n'y aura pas de barrage pour ces épreuves.

### LONGUEUR, TRIPLE SAUT, POIDS :

A l'issue des trois premiers essais :

- les 8 premiers athlètes du concours ont le droit à trois essais supplémentaires (y compris les athlètes hors ligue)
- les 8 premiers athlètes licenciés dans un club LIFA ont le droit à trois essais supplémentaires

### MONTEES DE BARRE -----

#### Hauteur ESM/SEM

Groupe A	1,67	1,72	1,77	1,82	1,86	1,90	1,93	1,96	1,99	2,01	2,03	2,05
	2,07	2,09	2,11	2,13	2,15							

#### Hauteur ESF/ SEF

Groupe A	1,32	1,37	1,42	1,47	1,51	1,55	1,58	1,61	1,64	1,67	1,69	1,71
	1,73	1,75	1,77	1,79	1,81							
Groupe B	1,22	1,27	1,32	1,37	1,42	1,47	1,51	1,55	1,58	1,61	1,64	1,67

#### Perche ESM/SEM

Groupe A	3,91	4,06	4,21	4,36	4,51	4,61	4,71	4,81	4,91	5,01	5,06	5,11
	5,16	5,21	5,26	5,31	5,36							
Groupe B	3,11	3,31	3,51	3,76	3,91	4,06	4,21	4,36	4,51	4,61	4,71	4,81

#### Perche ESF/SEF

Groupe A	2,61	2,76	2,91	3,06	3,21	3,31	3,41	3,51	3,61	3,71	3,81	4,01
	4,06	4,11	4,16	4,21								
Groupe B	1,81	2,01	2,21	2,41	2,61	2,76	2,91	3,06	3,21	3,31	3,41	3,51