

REGLEMENT TECHNIQUE

Tour qualificatif régional pour la Coupe de France

28 septembre 2025 – Aulnay-sous-Bois

COURSES ET RELAIS

Confirmation des compositions d'équipes

Les compositions d'équipe seront déposées au plus tard 45mn avant le début de l'épreuve. Les clubs peuvent inscrire entre 4 et 6 athlètes par équipe. Il ne pourra y avoir qu'un seul muté ou étranger par équipe.

RELAIS - Règlement technique des épreuves :

Restrictions par catégories

Les athlètes de la catégorie Cadets ne peuvent doubler que le 4x100m et le 4x200m et les 100m et 200m du Medley Court. Les athlètes de la catégorie Minimes sont autorisés à participer uniquement aux relais 4x1000m CAM/CAF.

Courses de 800m

Les qualifications pour la Coupe de France seront établies par addition des performances individuelles de 4 athlètes du même club sur 800m le même jour.

Courses de Haies

Les qualifications pour la Coupe de France seront établies par addition des performances individuelles de 4 athlètes du même club réalisés le même jour sur les haies hautes (hauteur 76cm pour les femmes et 99cm pour les hommes sauf catégorie CAM = 91cm).

Relais Medley Court Mixte

Ordre 100m : Femme – 200m : Homme – 300m : Homme – 400m : Femme

Relais 4x200 et 4x1000m Mixte :

Ordre : Femme – Homme – Femme - Homme

Relais 4x400m Mixte

Ordre : Homme – Femme – Homme - Femme

CRITERIUM DES SAUTS ET LANCERS

Chaque épreuve est ouverte aux athlètes des Catégories Minimes, Cadets, Juniors, Espoirs, Seniors et Masters. Les Masters participent à cette compétition en tant que Seniors.

Règlement technique des épreuves

Nombre d'essais :4 pour le poids, le disque et le marteau et javelot. 6 pour les autres concours.

Concours de lancers : les athlètes des catégories Minimes, Cadets et Juniors lancent les engins correspondant à leur catégorie (ex : marteau 5kg CAM, poids 3 kg CAF, etc.).

Groupes Longueur – Javelot - Poids et Disque : Afin de permettre à chaque équipe de concourir dans des conditions équivalentes, il a été constitué des groupes A et B. Les athlètes de chaque équipe ont été répartis sur les deux groupes en tenant compte de leur niveau sportif (au moins 2 athlètes dans le groupe A et au moins 2 athlètes dans le groupe B).

Montées de barre

. Hauteur :

Début du concours à la plus petite barre demandée à condition qu'elle soit un multiple de 10.

Pour les hommes, progression de 10 en 10 jusqu'à 1m50, ensuite de 5 en 5 jusqu'à 1m95, de 3 en 3 jusqu'à 2m07, puis de 2 en 2.

Pour les femmes, progression de 10 en 10 jusqu'à 1m30 ensuite de 5 en 5 jusqu'à 1m55, de 3 en 3 jusqu'à 1m64, puis de 2 en 2.

Perche :

Pour les hommes, début du concours à la plus petite barre demandée à condition qu'elle soit multiple de 20.

Progression de 20 en 20 jusqu'à 3m60, de 15 en 15 jusqu'à 4m50, de 10 en 10 jusqu'à 5m00, puis de 5 en 5.

Pour les femmes : Progression de 20 en 20 jusqu'à 2m60, de 15 en 15 jusqu'à 3m20, de 10 en 10 jusqu'à 3m70, puis de 5 en 5.

Mise à disposition des officiels par les clubs

Celui-ci doit être licencié pour le club pour lequel il est pris en compte.

Il doit avoir une qualification d'officiel valide, au minimum de niveau assistant / départemental