

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE DE RELAIS

Mercredi 27 mai 2026 – Parc Municipal des Sports Épinay-sur-Seine

Programme

4x100m - 4x200m - 4x400m - 4x800m
 4x1000m CAM/CAF - 4x1000m JUM/JUF
 800-200-200-800 MIM/MIF/MIXTE

Titres décernés

Champions d'Île-de-France Toutes Catégories Masculines et Féminines 4x100m (+Mixte), 4x200m, 4x400m (+Mixte), 4x800m.

4x1000m : Champions d'Île-de-France Cadets et Cadettes, Juniors Hommes et Juniors Filles.

800x200x200x800 : Champions d'Île-de-France Minimes Masculins, Féminines et Mixte.

À noter que des épreuves de relais 4x400 m seront également au programme des Championnats d'Île-de-France France U20 et U23 cette année.

Règlement technique

Ces championnats se dérouleront conformément au règlement des Championnats de France de Relais.

Les clubs ont la possibilité d'engager des relais Cadets, Juniors et Espoirs (M et F) suivant les dispositions suivantes (conformément au Règlement des Compétitions Nationales) :

	Catégories	Nombre	Remplaçants	Etrangers ou Mutés	Observations
4X100m	CA/U18 à SE	4	2	1	1 MI en CA /1 CA en JU
4X200m	CA/U18 à SE	4	2	1	
4X400m	CA/U18 à SE	4	2	1	
4X800m	CA/U18 à SE	4	2	1	
4X1 000m	CA/U18	4	2	1	1 seul Minime
4X1 000m	JU/U20	4	2	1	Cadets acceptés
800-200-200-800	M/U16	4	2		

Un club peut présenter plusieurs équipes dans la même épreuve.

Pour les relais 4x100 Mixte et les relais 4x400 Mixte, l'ordre des épreuves est le suivant :

Homme – Femme – Homme – Femme.

Engagement

Il n'y a pas de minima pour ces championnats, les engagements sont libres et seront facturés 10 €.

Utiliser le formulaire d'engagement pour les relais disponible sur <https://www.lifa-athle.fr>

Un formulaire par équipe et par épreuve devra être rempli et expédié à la LIFA.

Date limite de réception à la L.I.F.A.

Toutes les demandes d'engagement devront parvenir par e-mail à hatem.benayed@athleif.org avant le **Lundi 25 Mai à 23 h 59**

Horaires Prévisionnels

19h30	800 X 200 X 200 X 800 MIF (2 finales)
19h45	800 X 200 X 200 X 800 MIM (2 finales)
20h05	800 X 200 X 200 X 800 Mixte Minimes (1 finale)
20h20	4 X 1 000 CAM & CAF / JUM & JUF (course mixte)
20h40	4 X 100 TCF
20h50	4x 100 Mixte
21h00	4 X 100 TCM
21h15	4 X 800 TCF
21h30	4 X 800 TCM
21h45	4 X 400 TCF
21h50	4 X 400 Mixte
21h55	4 X 400 TCM
22h05	4 X 200 TCF
22h15	4 X 200 TCM