LIVRET HIVERNAL 2027



LIFA LIGUE D'ÎLE-DE-FRANCE D'ATHLÉTISME
tonton OUTDOOR.com
MONDO
COLOSSE AUX PIEDS D'ARGILE
AGENCE NATIONALE DU SPORT
Région îledeFrance

SOMMAIRE

GENERALITES

Page 3 Le mot du Président
Page 4 Calendrier hivernal
Page 5 Catégories et Tarifs
Page 6 Modalités d'engagements
Page 8 Minimas d'engagements
Page 10 Montées de barres

SAISON DE CROSS COUNTRY

Page 11 Championnats Régionaux de cross
Page 14 Championnats Île-de-France de cross

SAISON EN SALLE

Page 18 Instructions communes à tous les championnats.
Page 19 Championnats Régionaux Cadets-Juniors en salle
Page 20 Championnats d'Île-de-France D'épreuves Combinées
Page 21 Championnats Régionaux espoirs-seniors en salle
Page 22 Championnats d'Île-de-France de marche en salle
Page 23 Championnats d'Île-de-France Cadets-Juniors en salle
Page 24 Championnats d'Île-de-France Espoirs-Seniors

EPREUVES HIVERNALES EN PLEIN AIR

Page 25 Critérium Hivernal des Lancers Longs

EPREUVES BENJAMINS/MINIMES

Page 27 Critérium d'Île-de-France Benjamins/Minimes de Lancer Long Hivernal
Page 28 Match interdépartemental de Cross Benjamins – Minimes
Page 29 Championnats d'Île-de-France d'Epreuves Combinées Benjamins-Minimes
Page 30 Critérium d'Île-de-France Benjamins/Minimes de Marche en salle
Page 31 Match interdépartemental en salle Benjamins/Minimes – Mondo
Page 34 Challenge Anne Graffard – Dynamic Athletic

COMMISSIONS REGIONALES

Page 35 Commission Régionale de Marche
Page 38 Commission Régionale des Athlètes Masters
Page 41 Calendrier des Comités Départementaux
Page 43 Barèmes de classement
Page 47 Qualifications aux Championnats de France

L'EDITO



L'athlétisme est avant tout une histoire de passion, d'engagement et de sensations. Celles des premières foulées dans les labours des cross où se mêlent effort, dépassement de soi et esprit d'équipe, dans les entraînements au cœur de l'hiver, de l'atmosphère si particulière des compétitions en salle ou encore de l'adrénaline qui accompagne chaque tentative lors d'un concours. Autant de moments forts qui rythment et font toute la richesse du retour d'une nouvelle saison hivernale.

Ce nouveau chapitre sera, comme chaque année, l'occasion pour les athlètes de tous âges et de tous niveaux de se retrouver pour faire rayonner les couleurs de leurs clubs.

Dans cette dynamique, la Ligue d'Île-de-France d'Athlétisme poursuit son engagement pour faire évoluer son offre de compétitions et proposer des rendez-vous toujours plus adaptés aux attentes de ses clubs, de ses comités et de ses licenciés. Cette volonté de diversification se concrétise notamment par plusieurs nouveautés.

Un premier rendez-vous est programmé pour les 12 et les 13 décembre avec un nouveau Critérium de Lancers Longs dédié à nos Benjamins et à nos Minimes. Au-delà de la volonté de proposer une nouvelle compétition, cette manifestation traduit le souhait de la Ligue de promouvoir les épreuves de lancers hivernaux auprès de nos plus jeunes licenciés.

Ces mêmes catégories auront également l'occasion de mettre un point final à cette saison hivernal à l'occasion du Match Interdépartemental en salle qui se déroulera le dimanche 21 mars à Eaubonne. Une belle occasion de fouler des installations couvertes dans un cadre festif, tout en honorant une sélection départementale.

Le 18 décembre prochain, les masters, catégorie comptant le plus de licenciés, seront à l'honneur à l'occasion d'un nouveau meeting qui leur sera dédié, leur offrant ainsi une nouvelle occasion de vivre pleinement leur passion et de faire perdurer le goût de la compétition quel que soit leur âge.

Ces nouveautés viennent enrichir un programme hivernal déjà dense, dont la mise en œuvre repose sur l'investissement et la mobilisation de nos clubs, de nos comités départementaux, de nos officiels, de nos bénévoles et de tous ceux qui contribuent, au quotidien, à faire vivre l'athlétisme francilien. Leur engagement est précieux et indispensable au développement comme au rayonnement de notre discipline.

Au-delà des performances et des résultats, nous souhaitons que cette saison soit avant tout synonyme de partage, de convivialité et de plaisir. Autant de valeurs qui font la richesse de notre sport et nous rassemblent, bien au-delà des terrains de compétition.

Au nom de l'ensemble des membres du comité directeur et des collaborateurs de la Ligue, je vous souhaite à toutes et à tous une excellente saison hivernale 2027.

Au plaisir de vous retrouver au bord des pistes, dans les salles et sur les parcours de cross.

Bien sportivement,

Arnaud FLANQUART
Président de la Ligue de l'Île-de-France d'athlétisme

CALENDRIER HIVERNAL - LIFA 2027

Saison Hivernale		
03/01/2027	**Brevet de Marche**	**Bois de Vincennes**
09-10/01/2027	**Championnats Régionaux CA-JU en salle**	**Eaubonne**
16/01/2027	**Championnats Régionaux de Marche en salle**	**Eaubonne**
16-17/01/2027	**Championnats IDF EC en salle**	**Eaubonne**
17/01/2027	**Brevet de Marche**	**Bois de Vincennes**
23-24/01/2027	**Championnats Régionaux ES-SE en salle**	**Eaubonne**
24/01/2027	**Championnats Régionaux de cross-country - IDF Zone Ouest**	**Lieu à définir**
24/01/2027	**Championnats Régionaux de cross-country - IDF Zone Est**	**Créteil**
30/01/2027	**Championnats d'Île-de-France Cadets Juniors en salle J1**	**Eaubonne**
30/01/2027	**Championnats d'Île-de-France de Marche en salle**	**Eaubonne**
30-31/01/2027	**Critérium LIFA Hivernal de lancers long - 1er tour**	**Lieu à définir**
31/01/2027	**Championnats d'Île-de-France Cadets Juniors en salle J2**	**INSEP**
06/02/2027	**Championnats d'Île-de-France ES-SE en salle J1**	**INSEP**
06/02/2027	**Championnats d''Île-de-France de Marche Nordique**	**Lieu à définir**
07/02/2027	**Championnats d'Île-de-France ES-SE en salle J2**	**Nogent-sur-Oise**
07/02/2027	**Championnats d'Île-de-France de cross**	**Lieu à définir**
07/02/2027	**Match Interdépartemental de cross Benjamins/Benjamines**	**Lieu à définir**
13-14/02/2027	**Critérium Hivernal de Lancers Long - 2ème tour**	**Lieu à définir**
20/02/2027	**Championnats d'Île-de-France Masters**	**Eaubonne**
27-28/02/2027	**Championnats d'Île-de-France d'Epreuves Combinées en salle B/M**	**Eaubonne**
21/03/2027	**Match Interdépartemental en salle BE-MI - Mondo**	**Eaubonne**
21/03/2027	**Criterium de durée Marche**	**Lieu à définir**

Dates des principaux Championnats de France – Hiver 2027

CHAMPIONNATS DE FRANCE		Lieu
06-07/02/2027	Championnats de France d'Epreuves Combinées et de Marche Indoor	Lieu à définir
13-14/02/2027	Championnats de France U18-U20 en salle	Nantes
20-21/02/2027	Championnats de France Elite	Liévin
27-28/02/2027	Championnats de France de cross	Sarrebourg
27-28/02/2027	Championnats de France Lancers Longs Hivernaux	Lieu à définir
06-07/03/2027	Championnats de France U23 & Nationaux	Limoges

CATEGORIES AU 1ER SEPTEMBRE 2026
SAISON 2026-2027

MASTERS	1992 et avant
SENIORS	1993 à 2004
ESPOIRS	2005 à 2007
JUNIORS	2008 – 2009
CADETS	2010– 2011
MINIMES	2012 – 2013
BENJAMINS	2014 – 2015
POUSSINS	2016 – 2017
EVEIL ATHLETIQUE	2018 – 2020
BABY ATHLE	2021 et après

CATEGORIES MASTERS AU 1ER SEPTEMBRE 2026

MASTERS 10	1942 et avant
MASTERS 9	1943 – 1947
MASTERS 8	1948 – 1952
MASTERS 7	1953 – 1957
MASTERS 6	1958 – 1962
MASTERS 5	1963 – 1967
MASTERS 4	1968 – 1972
MASTERS 3	1973 – 1977
MASTERS 2	1978 – 1982
MASTERS 1	1983 – 1987
MASTERS 0	1988 – 1992

TARIF DES ENGAGEMENTS AUX COMPETITIONS LIFA

Extrait de la Circulaire Financière LIFA 2026-2027

	Normal	**Tardif**
ENGAGEMENT AUX EPREUVES LIFA		
Epreuves Individuelles (hors de sa catégorie)	5,00 €	10,00 €
Demande de qualification exceptionnelle	50,00 €*	70,00 €*
*(par athlète et par épreuve, acceptée ou refusée, 50,00 € remboursée si finaliste)		
Forfait non annoncé ou non justifié (CA-MA)		50,00 €
Engagements athlètes hors LIFA	20,00 €	35,00 €
Relais	10,00 €	20,00 €
CROSS – Repêchage	10,00 €	50,00 €
INTERCLUBS - Engagement par équipe	40,00 €	
Droit d'appel	100,00 €	

MODALITES D'ENGAGEMENTS

ATHLETES LICENCIES DANS DES CLUBS LIFA

Les qualifications aux Championnats en salle se feront au bilan sur l'ensemble des compétitions se déroulant sur la période définie pour chacune des compétitions. Afin de se qualifier les athlètes devront avoir réalisés à minima la performance plancher de leur catégorie. Pour chaque Championnats, des quotas de qualification seront déterminés par la CSO. Tous les athlètes ayant réalisés les performances planchers figureront sur la première liste des **qualifiables** qui sera publiée sur le site de la LIFA à l'issue de la réunion de qualification. A l'issue de la période **d'engagement** fixée pour chaque Championnats, la LIFA éditera la liste des qualifiés qui tiendra compte des athlètes engagés et des quotas pour chaque épreuve.

Participation aux Championnats "départementaux ou de zones"
Les athlètes devront participer aux Championnats de leur département d'origine. A titre dérogatoire un athlète peut demander à participer hors de sa zone d'origine, dans ce cas il faut que la demande soit justifiée et que le comité du département d'origine accorde la demande de dérogation et que celui d'accueil accepte cette demande.

Demande d'engagement tardive (pour les athlètes CA-JU sur des Championnats Seniors) : Les demandes d'engagements sur la base de performances réalisés après la date limite seront considérées comme étant des demandes d'engagements tardives. Ces demandes devront être envoyées par e-mail à la CSO sur le formulaire d'engagement spécifique. D'une manière générale, toute demande d'engagement déposée après la date limite propre à chaque championnat sera considérée comme étant un **engagement tardif** (coût 10,00€). Aucun engagement ne pourra être pris en compte après la clôture de la période d'engagement. Toute demande incomplète sera automatiquement refusée.

Demandes de qualification exceptionnelle : Elles devront être rédigées sur le formulaire d'engagement LIFA et être dûment justifiées. Chaque demande devra être accompagnée d'un chèque de caution ou d'un prélèvement sur le compte du club de 50,00€. La caution sera restituée si l'athlète termine dans les 8 premiers ou si l'athlète réalise une performance qualificative aux championnats de France.

Demandes de qualification exceptionnelle tardive : Les demandes de qualifications exceptionnelles reçues après la date limite seront considérées comme des demandes de qualifications exceptionnelles tardives. Elles devront être rédigées sur le formulaire d'engagement LIFA et être dûment justifiées. Chaque demande devra être accompagnée d'un chèque de caution ou d'un prélèvement sur le compte du club de 70,00€. Compte tenu du caractère tardif de la demande, la caution ne sera pas totalement restituée. La somme de 50 € sera remboursée si l'athlète termine dans les 8 premiers ou s'il réalise une performance qualificative aux championnats de France.

Forfait : Les athlètes absents seront considérés comme étant forfait. Ces forfaits seront facturés aux clubs sauf s'ils sont justifiés par un certificat médical dans les 8 jours suivants la compétition.

Pour chaque championnat, la liste des athlètes qualifiables puis la liste des athlètes qualifiés sera disponible sur http://lifa-athle.fr.

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. Dans ce cas uniquement, les dispositions visant à l'exclusion de l'athlète pour non-participation ne seront pas appliquées (règle RT 4.4).

En amont de chaque championnat, la CSO publiera, le jeudi précédent la compétition, un règlement technique, diffusé sur http://lifa-athle.fr, comprenant notamment les modes de qualifications pour les finales et les différentes montées de barre.

AUTORISATION DE SORTIE DE LIGUE

Pour les épreuves sur piste et en salle, si un athlète de votre club souhaite participer à des championnats départementaux, régionaux ou interrégionaux en dehors de l'Île-de-France, il n'est pas nécessaire de solliciter une autorisation de sortie de ligue auprès de la LIFA.

ATHLETES LICENCIES DANS DES CLUBS EXTERIEURS À LA LIFA

1 - Les athlètes licenciés dans des clubs extérieurs à la LIFA ont la possibilité de participer aux différentes compétitions organisées par la LIFA dans la limite des quotas fixés pour les athlètes hors LIFA.
2 – Ils devront respecter les minima d'engagement spécifiques à chaque compétition.

3 – Il est obligatoire d'utiliser le formulaire d'engagement aux épreuves LIFA. Les engagements par liste ou par e-mail ne seront pas pris en compte. Attention : les engagements seront déposés par le club (soit par le Président, soit par le Secrétaire Général).
4 – Il conviendra de respecter les délais d'engagement et de forfait propres à chaque compétition
5- Les demandes reçues après la date limite des engagements seront considérées comme des demandes tardives de provinces.
6 – Droits d'engagements : Demande d'engagement hors LIFA : 20,00 € - Demande d'engagement tardif hors LIFA : 35,00 €

PERFORMANCES PLANCHERS
CHAMPIONNATS REGIONAUX EN SALLE

	Seniors H	Espoirs H	Juniors H	Cadets
50 m	6"35	6"45	6"55	6’’60
60 m	7"35	7"45	7''55	7"60
200 m	23"45	23"75	24"00	24"40
400 m	53"30	54"20	55"00	57"50
800 m	2'05"00	2'06"00	2'08"00	2'11"00
1500 m	4'21"00			-
50m Haies	8"30	9''30	9''30	8''80
60m Haies	9''50	10''50	10'50	10''00
Hauteur	1m75	1m70	1m70	1m70
Perche	3m90	3m30	3m20	3m10
Longueur	6m20	5m95	5m90	5m80
Triple saut	12m80	12m00	11m70	11m60
Poids	11m00	9m00	9m00	10m00
4x1 tour			1'48"00	1'48"00
	Seniors F	**Espoirs F**	**Juniors F**	**Cadettes**
50 m	7"65	7"65	7"55	7"55
60 m	8"70	8"70	8"60	8"60
200 m	28"15	28"15	28"15	28''15
400 m	68"00	68"00	69"00	69"00
800 m	2'32"00	2'35"00	2'36"00	2'38"00
1500 m	5'25"00	-	-	-
50m Haies	9"60	9"90	9"90	9"05
60m Haies	11"00	11"30	11"30	10"45
Hauteur	1m40	1m40	1m40	1m40
Perche	2m50	2m10	2m00	2m00
Longueur	4m80	4m70	4m75	4m75
Triple saut	9m60	9m60	9m60	9m60
Poids	9m00	8m00	8m00	9m50
4x1 tour			2'04"00	2'04"00

PERFORMANCES PLANCHERS
CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE EN SALLE

	Seniors H	Espoirs H	Juniors H	Cadets H
60 m	7"30	7"35	7"45	7"55
200 m	23"05	23''30	23"70	24"10
400 m	52"00	53"10	54"00	56"00
800 m	2'02"00	2'04"00	2'05"50	2'08"50
1500 m	4'12"00	-	-	-
60 m Haies	9"50	9"80	9"50	9"30
Hauteur	1m80	1m75	1m70	1m70
Perche	4m20	3m50	3m40	3m30
Longueur	6m45	6m20	6m10	6m00
Triple saut	13m10	12m20	12m00	12m00
Poids	11m50	10m00	10m00	10m00
4x1 tour			1'45"00	1'45"00
	Seniors F	**Espoirs F**	**Juniors F**	**Cadettes F**
60 m	8"50	8"50	8"50	8"50
200 m	27"00	27"35	27"55	27"85
400 m	63"50	65"50	66"00	66"50
800 m	2'28"00	2'33"00	2'34"00	2'37"50
1500 m	5'10"00	-	-	-
60 m Haies	10"50	10"80	10"90	10''00
Hauteur	1m50	1m45	1m45	1m45
Perche	2m80	2m30	2m10	2m10
Longueur	5m00	4m90	4m85	4m85
Triple saut	11m00	10m20	10m20	10m10
Poids	9m60	8m50	8m50	9m70
4x1 tour			2'00"00	2'00"00

PERFORMANCES PLANCHERS CHAMPIONNATS DE MARCHE

REGIONAUX

	5000 m				3000 m			
	SEM	**ESM**	**JUM**	**CAM**	**SEF**	**ESF**	**JUF**	**CAF**
Minima E	28’15"00	29’00"00	31’00"00	33’00"00	20’15"00	21’00"00	22’00"00	23’00"00
Minima D	26’15"00	28’00"00	29’00"00	30’00"00	18’30"00	19’30"00	20’30"00	22’00"00

ÎLE-DE-FRANCE

	5000 m				3000 m			
	SEM	**ESM**	**JUM**	**CAM**	**SEF**	**ESF**	**JUF**	**CAF**
Minima E	27’30"00	28’30"00	29’30"00	31’00"00	18’15"00	20’00"00	21’00"00	22’00"00
Minima A	25’45"00	26’30"00	27’00"00	28’00"00	16’30"00	17’15"00	18’00"00	18’30"00

MONTEES DE BARRE RECOMMANDEES

Montées de barre recommandées lors des championnats départementaux

HAUTEUR FEMMES (Ca, Ju, Es, Se)												
	1m40	1m45	1m50	1m54	1m57	1m60	1m63	1m66	1m69	1m71	1m73	
HAUTEUR HOMMES (Ca, Ju, Es, Se)												
	1m65	1m70	1m75	1m80	1m85	1m89	1m92	1m95	1m98	2m01	2m04	2m06
PERCHE FEMMES (Ca, Ju, Es, Se)												
	1m80	2m00	2m10	2m20	2m30	2m40	2m50	2m60	2m70	2m80	2m90	3m00
	3m10	3m20	3m30	3m40	3m50	3m60	3m70	3m80	3m85	3m90		
PERCHE HOMMES (Ca, Ju, Es, Se)												
	3m10	3m30	3m50	3m70	3m90	4m00	4m10	4m20	4m30	4m40	4m50	4m60
	4m70	4m80	4m90	5m00	5m05							

1/4 DE FINALE DES CHAMPIONNATS DE FRANCE DE CROSS COUNTRY
CHAMPIONNATS REGIONAUX DE CROSS COUNTRY
DIMANCHE 24 JANVIER 2027

- ZONE OUEST (78-91-92-95) : Parc de la Galanderie, La Norville (91). Coorganisé par l'Athlétic Club Arpajonnais.
- ZONE EST (75-77-93-94) : Parc Interdépartemental de Choisy Paris-Val-de-Marne (94). Coorganisé par le Comité Départemental du Val-de-Marne.

ARTICLE 1 – QUALIFICATIONS :

Pour être qualifié aux championnats régionaux, l'athlète doit avoir une licence compétition la veille de son championnat départemental. Dans le cas contraire, le club de l'athlète devra effectuer un changement de licence et une demande de qualification payante.

1.1 - A titre individuel :

Sont qualifiés les athlètes classés aux Championnats Départementaux de Cross-country selon les critères suivants :

DEPT / COURSE	78	91	92	95	75	77	93	94
U14 FEMININ BEF	50	50	50	50	50	50	50	50
U14 MASCULIN BEM	50	50	50	50	50	50	50	50
U16 FEMININ MIF	64	45	45	45	41	63	37	59
U16 MASCULIN MIM	53	52	55	40	40	64	42	54
U18 FEMININ CAF	83	54	35	35	37	80	35	52
U18 MASCULIN CAM	66	46	51	37	52	69	43	36
U20 FEMININ JUF	54	51	35	35	35	55	35	35
U20 MASCULIN JUM	57	39	36	35	35	57	37	35
CROSS COURT FEMININ U23 / SE / MA	42	35	72	35	56	36	35	55
CROSS COURT MASCULIN U23 / SE / MA	40	35	66	40	46	36	50	48
CROSS LONG FEMININ U23 / SE / MA	75	66	79	35	90	71	35	56
CROSS LONG MASCULIN U23 / SE / M0	71	57	82	39	91	58	35	66
MASTERS MASCULIN M1 et +	91	57	63	39	54	77	42	78

- Si le premier des catégories M2 à M10 des courses « Masters Masculin » et « Cross Long Féminin » de chaque département ne sont pas dans les quotas de qualifications, ils seront ajoutés aux qualifiés.
- L'ensemble des Espoirs participants aux championnats départementaux sur les deux Cross Court et les deux Cross Long seront qualifiés pour les Championnats Régionaux.
- Pour les deux Cross Long, les quotas indiqués incluent les athlètes des catégories Seniors et M0 pour les hommes et Seniors et Masters pour les femmes.

Mode de calcul

Le nombre d'athlètes qualifié par département s'obtient en fonction :

1- De la moyenne des arrivants aux championnats régionaux des trois dernières années.
2- Pour atteindre le quota d'athlètes qualifiés, on applique à chaque course et pour chaque département un coefficient multiplicateur.
3- Un département ne peut pas avoir moins de 35 qualifiés par course.

1.2 - Qualifications par équipes :

À l'issue des Championnats Départementaux, il n'y a pas de qualification par équipes pour les Championnats Régionaux.

ARTICLE 2 - DEMANDES DE REPECHAGE :

Il sera nécessaire d'utiliser un formulaire de demande de repêchage 2027 (remplir un formulaire par épreuve et par athlète) se trouvant sur le site de la LIFA.
Ces demandes sont à envoyer à la LIFA (cross@athleif.org) au plus tard **le jeudi 14 janvier à 12h00** (heure de réception du mail faisant foi).
Toutes les demandes de repêchage et de changement de course sont payantes :

- **Demande classique : dix euros (10 €)**
- **Demande tardive : cinquante euros (50 €)**

Les personnes ayant participé à une course Running le même jour que leur Championnat Départemental ne pourront pas demander un repêchage pour les Championnats Régionaux.
Attention, aucune demande de repêchages ne sera acceptée pour les benjamins et benjamines.
Un athlète licencié dans un club d'une zone ne peut pas participer aux championnats de l'autre zone. Par exemple un athlète d'un club du CDA 94 ne pourras pas participer aux championnats régionaux zone Ouest.

2.1 - Demandes de repêchage à titre individuel :
Toute demande de repêchage devra être justifiée. Cela signifie qu'il est nécessaire d'indiquer le niveau sportif de l'athlète et la raison de son absence aux Championnats Départementaux.
Les demandes sans aucun motif et sans justificatif (certificat médical, certificat de travail, etc.) ne seront pas examinées par la commission de qualification.
Aucun athlète licencié hors de la LIFA ne sera autorisé à participer à ce championnat.

2.2 - Athlètes de niveau National 2 ou plus :
Les athlètes classés en 2026 avec des niveaux national 2 à international A sur une distance de 1500m ou plus, seront qualifiés d'office pour les Championnats Régionaux. Ces derniers devront faire parvenir un formulaire de demande de repêchage avant **jeudi 14 janvier à 12h00** (heures de réception du mail faisant foi).
Ces demandes sont gratuites.

ARTICLE 3 - DEMANDES DE CHANGEMENT CROSS COURT – CROSS LONG :

Toute demande de changement pour un athlète qualifié sur Cross Court qui souhaite participer à titre individuel au Cross Long lors des Championnats Régionaux (et vice versa pour un passage du Cross Long au Cross Court) est payante.
Il faudra remplir le document « Demande de changement Cross Court-Cross long » et le renvoyer avant **jeudi 14 janvier à 12h00.**
Le nombre de changement Cross Court-Cross Long est limité à un changement par athlète et par saison.
Les athlètes ayant participé à la fois au Cross Court et au Cross Long lorsque les dates le permettent, devront choisir la course dans laquelle ils participeront aux régionaux. Sans choix de leur part, ils ne seront pas qualifiés.

ARTICLE 4 - MODALITES DE QUALIFICATIONS :

Les Comités Départementaux communiqueront à la LIFA le **lundi 11 janvier avant 14h00** leurs résultats traités sous E-Logica, en envoyant le fichier par email à jean-sebastien.betrancourt@athleif.org.
Les départements organisant leurs championnats de Cross Court à un autre moment que leurs championnats classiques devront envoyer un seul fichier de qualifiés à la LIFA. Si des athlètes apparaissent à la fois sur le Cross Court et Cross Long, ils ne seront pas qualifiés conformément à l'article 3.
La méthode de qualification pour les courses « U14 Féminin » et « U14 Masculin » est au libre choix des Commissions Départementale des Jeunes de chaque département. Les CDJ devront envoyer leurs listes de qualifié (50 BEF, 50 BEM) avant le lundi 18 janvier à 12h00.
La liste des qualifiés sera officielle à l'issue de la réunion de qualification du jeudi 14 janvier.
Les clubs auront jusqu'au **mercredi 20 janvier 23h59** pour engager leurs athlètes.

ARTICLE 5 - RETRAIT DES DOSSARDS :

Le jour des championnats, chaque responsable de club doit retirer l'enveloppe contenant l'ensemble des dossards pour son club.
Aucun dossard ne sera distribué individuellement et aucune enveloppe ne sera récupérée une fois distribuée.
Les dossards à puces sont affectés à une course et à un athlète. Ils ne peuvent être utilisés dans une autre course ou par une autre personne sous peine de disqualification.

ARTICLE 6 – CLASSEMENTS :

Les résultats ne seront validés définitivement qu'après vérification par la CRR LIFA.
Les réclamations devront être formulées dans les trente minutes suivant l'édition du classement.

Dans les Cross Court seuls les athlètes des catégories Espoirs, Seniors et Masters sont autorisés à participer.

6.1 – Classement par équipes :

Il n'y aura pas d'équipe constituée au départ. Un club aura une équipe classée chaque fois que son nombre d'arrivants atteindra quatre pour toutes les catégories, sous réserve que le nombre d'athlètes mutés ou étrangers défini à l'article 3.2.1.5 des Règlements Généraux de la F.F.A. ne dépasse pas un.

Une équipe seconde pourra être éventuellement classée, mais le décompte ne commencera qu'après le passage du sixième athlète de la première équipe.

Seules les huit premières équipes de chaque course et de chaque zone auront droit à un box au départ des championnats d'Île-de-France de cross-country. Le nombre de box est limité à un par club et par course.

ARTICLE 7 – ATHLETE NON-PARTANT :

Afin d'éviter une perte de dossard, de puce et d'améliorer la responsabilisation des clubs et de leurs athlètes, **les clubs ayant des athlètes non-partant à un championnat recevront une pénalité de :**

- **Athlètes Cadets à Masters : cinquante euros (50 €)**

Les athlètes envoyant un formulaire de non-participation (disponible sur le site de la ligue) accompagné d'un certificat médical dans un délai de dix jours après le championnat ne seront pas pénalisés.

Un athlète est considéré non-partant s'il ne prend pas le départ de sa course et qu'il figure sur la liste de départ.

ARTICLE 8 – PODIUM :

8.1 - Podium individuel :

Une médaille sera remise aux :

- Trois premiers (classement scratch) de toutes les courses ;
- Trois premiers U23 des deux Cross Long ainsi que des deux Cross Court ;
- Trois premiers M0 des deux Cross Long ;
- Trois premières Masters (scratch M1 et +) du « Cross Long Féminin » ;
- Une médaille sera remise du premier M2 au premier M10 des courses « Masters Masculin » et « Cross Long Féminin ».

8.2 - Podium par équipe :

Une médaille sera remise aux quatre coureurs de la première équipe de chaque course.

Les courses Benjamines et Benjamins n'auront pas de classement et de podium par équipe.

ARTICLE 9 – JURY :

Pour une organisation optimale, chaque comité départemental devra fournir **un minimum de huit (8) juges**. Cette liste devra être communiqué en même temps que les fichiers des qualifiés des championnats départementaux, lundi 11 janvier avant 14h00 à jean-sebastien.betrancourt@athleif.org.

ARTICLE 10 – DROIT A L'IMAGE :

Toute captation photographique ou audiovisuelle réalisée à des fins commerciales et toute commercialisation d'images de la manifestation sont soumises à l'autorisation écrite préalable de l'organisateur.

L'accès aux zones réservées est limité aux photographes accrédités.

De par sa participation, le concurrent renonce à tout droit personnel à l'image et autorise l'organisateur ainsi que ses ayants droit et partenaires à utiliser celle-ci sur tout support.

DATES CLES

Mardi 12 janvier	Mise en ligne des qualifiés à l'issue des championnats départementaux
Jeudi 14 janvier	Date limite des demandes de repêchage à 12h00
Vendredi 15 janvier	Mise en ligne des qualifiés repêchés
Lundi 18 janvier	Date limite pour les CDJ des qualifiés BEM et BEF à 12h00
Mardi 19 janvier	Date limite des demandes de qualification tardive à 23h59
Mercredi 20 janvier	Date limite des confirmations d'engagements à 23h59

½ FINALE DES CHAMPIONNATS DE FRANCE DE CROSS COUNTRY
CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE DE CROSS COUNTRY
DATE ET LIEU À VENIR

ARTICLE 1 - QUALIFICATIONS :

1.1 - A titre individuel :
Sont qualifiés les athlètes classés aux Championnats Régionaux de Cross-country Zone Est et Zone Ouest selon les critères suivants :
Nombre d'individuels qualifiés par zone :

COURSE	ZONE EST	ZONE OUEST
U16 FEMININ MIF	131	119
U16 MASCULIN MIM	122	128
U18 FEMININ CAF	125	125
U18 MASCULIN CAM	128	122
U20 FEMININ JUF	122	128
U20 MASCULIN JUM	117	133
CROSS COURT FEMININ U23 / SE / MA	116	84
CROSS COURT MASCULIN U23 / SE / MA	114	86
CROSS LONG FEMININ U23 / SE / MA (SCRATCH)	148	102
CROSS LONG FEMININ * U23	9	9
CROSS LONG FEMININ * MASTERS 1 et +	15	15
CROSS LONG MASCULIN U23 / SE / M0 (SCRATCH)	142	108
CROSS LONG MASCULIN * U23	12	12
MASTERS MASCULIN M1 et +	149	101

- * Si le nombre d'Espoirs et Masters 1 et + indiqué ne sont pas dans les quotas de qualifications scratch, ils seront ajoutés aux qualifiés.
- Si le premier des catégories M2 à M10 des courses « Masters Masculin » et « Cross long féminin » de chaque quart de finale ne sont pas dans les quotas de qualifications, ils seront ajoutés aux qualifiés.

Mode de calcul :
Le nombre d'athlètes qualifié par zone s'obtient en fonction :

1- De la moyenne des arrivants aux championnats d'Île-de-France des trois dernières années.
2- Pour atteindre le quota d'athlètes qualifiés on applique à chaque course et pour chaque zone un coefficient multiplicateur (le coefficient est identique pour les deux zones).
3-

1.2 - Par équipes :
À l'issue des Championnats Régionaux, il n'y a pas de qualification par équipes pour les Championnats d'Île-de-France.

ARTICLE 2 - DEMANDES DE REPECHAGE :

Il sera nécessaire d'utiliser un formulaire de demande de repêchage 2027 (remplir un formulaire par épreuve) se trouvant sur le site de la LIFA. Ces demandes sont à envoyer à la LIFA au plus tard **le jeudi 28 janvier à 12h00** à cross@athleif.org (heure de réception du mail faisant foi).

Toutes les demandes de repêchage et de changement de course sont payantes :

- **Demande classique : dix euros (10 €)**
- **Demande tardive : cinquante euros (50 €)**
- **Demande exceptionnelle : soixante-dix euros (70 €)**

Toute demande de repêchage devra être justifiée. Cela signifie qu'il est nécessaire d'indiquer le niveau sportif de l'athlète et la raison de son absence aux Championnats Régionaux.

Les demandes sans aucun motif et sans justificatif (certificat médical, certificat de travail, etc.) ne seront pas examinées par la commission de qualification.

Aucun athlète licencié hors de la LIFA ne sera autorisé à participer à ce championnat.

2.1 - Demandes de repêchage à titre individuel :

Seules les personnes ayant participé aux Championnats Départementaux pourront demander un repêchage individuel aux Championnats d'Île-de-France de cross-country. Les athlètes ne remplissant pas cette condition devront formuler une demande de qualification exceptionnelle (à partir de la catégorie Cadets) **justifiée par le niveau sportif de l'athlète**. La ligue prélèvera soixante-dix euros (70 €) sur le compte du club si l'athlète ne se classe pas dans les 20 premiers arrivants des Championnats d'Île-de-France de cross-country.

Les personnes ayant participé à une course Running le même jour que leurs Championnats Régionaux ne pourront pas demander un repêchage pour les Championnats d'Île-de-France de cross-country.

2.2- Demande de repêchage au titre d'un complément d'équipe :

Ces demandes de repêchage concernent uniquement les clubs ayant un box, se référer à l'article 6 du règlement.

Les clubs ayant quatre ou cinq athlètes qualifiés individuellement à l'issue des Championnats Régionaux peuvent demander le repêchage d'un à deux athlètes. Cette mesure ne s'applique pas aux clubs ayant six athlètes ou plus de qualifiés, car ils ont déjà le nombre d'athlètes suffisant pour former une équipe.

Les demandes de complément d'équipe devront être justifiées par le niveau sportif de l'athlète (l'athlète doit avoir le niveau sportif du dernier qualifié de sa course). Ces demandes sont gratuites.

2.3 - Athlètes de niveau National 2 ou plus :

Les athlètes classés en 2026 avec des niveaux national 2 à international A sur une distance de 1500m ou plus, seront qualifiés d'office pour les Championnats Régionaux. Ces derniers devront faire parvenir un formulaire de demande de repêchage avant **jeudi 28 janvier à 12h00** (heures de réception du mail faisant foi).

Ces demandes sont gratuites

ARTICLE 3 - DEMANDES DE CHANGEMENT CROSS COURT – CROSS LONG :

Toute demande de changement pour un athlète qualifié sur Cross Court qui souhaite participer à titre individuel au Cross Long lors des Championnats Régionaux (et vice versa pour un passage du cross long au cross court) est payante. Il faudra remplir le document « Demande de changement Cross Court-Cross long » et le renvoyer avant **jeudi 28 janvier à 12h00.**

Le nombre de changement Cross Court-Cross Long est limité à un changement par athlète et par saison.

ARTICLE 4 - MODALITES DE QUALIFICATIONS :

La liste des qualifiés sera officielle à l'issue de la réunion de qualification du **jeudi 28 janvier**.

Les clubs auront jusqu'au **mardi 2 février 23h59** pour engager leurs athlètes.

ARTICLE 5 - RETRAIT DES DOSSARDS :

Le jour des championnats, chaque responsable de club doit retirer l'enveloppe contenant l'ensemble des dossards pour son club. Aucun dossard ne sera distribué individuellement et aucune enveloppe ne sera récupérée une fois distribuée.

Les dossards à puces sont affectés à une course et à un athlète. Ils ne peuvent être utilisés dans une autre course ou par une autre personne sous peine de disqualification.

Le non-port du dossard catégorie, dans les courses « Cross Long Masculin », « Cross Long Féminin » et « Masters Masculin », entraînera la disqualification de l'athlète.

ARTICLE 6 – REPARTITION DES BOX :

La répartition des box sur la ligne de départ pour les équipes se fera de la manière suivante :
Les numéros impairs seront attribués aux huit premières équipes de la zone Ouest, les numéros pairs seront attribués aux huit premières équipes de la zone Est.
Exemple :

- La première équipe de la course Cross Long Femmes de la zone Ouest aura le box n°1
- La première équipe de la course Cross Long Femmes de la zone Est aura le box n° 2

ARTICLE 7 – CLASSEMENT :

Les résultats seront validés définitivement qu'après vérification par la CRR LIFA.
Dans un souci, d'efficacité, les réclamations devront être formulées dans les trente minutes suivant l'édition du classement.
Dans les Cross Court seuls les athlètes des catégories Espoirs, Seniors et Masters sont autorisés à participer.
Dans les cross Court seuls les athlètes des catégories Espoirs.

7.1 – Classement par équipes :
Il n'y aura pas d'équipe constituée au départ. Un club aura une équipe classée chaque fois que son nombre d'arrivants atteindra quatre pour toutes les catégories, sous réserve que le nombre d'athlètes mutés ou étrangers défini à l'article 3.2.1.5 des Règlements Généraux de la F.F.A. ne dépasse pas un.
Une équipe seconde pourra être éventuellement classée, mais le décompte ne commencera qu'après le passage du sixième athlète de la première équipe. Cette équipe, n'entreras pas dans les quotas de qualifications par équipe pour les Championnats de France.

ARTICLE 8 – ATHLETE NON-PARTANT :

Afin d'éviter une perte de dossard, de puce et d'améliorer la responsabilisation des clubs et de leurs athlètes, **les clubs ayant des athlètes non-partant à un championnat recevront une pénalité de :**

- **Athlètes Cadets à Masters : cinquante euros (50 €)**

Les athlètes envoyant un formulaire de non-participation (disponible sur le site de la ligue) accompagné d'un certificat médical dans un délai de dix jours après le championnat ne seront pas pénalisés.
Un athlète est considéré non-partant s'il ne prend pas le départ de sa course et qu'il figure sur la liste de départ.

ARTICLE 9 – PODIUM :

9.1 – Podium individuel :
Une médaille sera remise aux :

- Trois premiers (classement scratch) de toutes les courses ;
- Trois premiers U23 des deux Cross Long ainsi que des deux Cross Court ;
- Trois premiers M0 des deux Cross Long ;
- Trois premières Masters du « Cross Long Féminin » ;
- Une médaille sera remise du premier M2 au premier M10 des courses « Masters Masculin » et « Cross Long Féminin ».

9.2 – Podium par équipe :
Une médaille sera remise aux quatre coureurs de la première équipe de chaque course.

ARTICLE 10 – DROIT A L'IMAGE :

Toute captation photographique ou audiovisuelle réalisée à des fins commerciales et toute commercialisation d'images de la manifestation sont soumises à l'autorisation écrite préalable de l'organisateur.
L'accès aux zones réservées est limité aux photographes accrédités.
De par sa participation, le concurrent renonce à tout droit personnel à l'image et autorise l'organisateur ainsi que ses ayants droit et partenaires à utiliser celle-ci sur tout support.

ARTICLE 11 – QUALIFICATIONS AUX CHAMPIONNATS DE FRANCE :

10.1 – Qualification par équipes :

HOMMES		FEMMES	
Cadets - U18	3	Cadettes - U18	3
Juniors - U20	4	Juniors - U20	3
Cross Court	3	Cross Court	6
Cross Long	6	Cross Long	5
Masters	3		

10.2 – Qualification en individuel :

HOMMES			FEMMES		
Cadets - U18		29	Cadettes - U18		28
Juniors - U20		27	Juniors - U20		25
Cross Court		26	Cross Court		30
Cross Long	Espoirs – U23	12	Cross Long	Espoirs – U23	9
Cross Long	TC*	31	Cross Long	TC*	25
Masters 1 et +		26	M1 &+		15

Tc* : seront qualifiés à titre individuel dans les courses Cross Long Hommes et Cross Long Femmes, le nombre d'athlètes indiqué dans TC*, quelle que soit la catégorie (espoirs, seniors ou masters), augmenté respectivement du nombre d'espoirs chez les hommes et du nombre d'espoirs et des masters chez les femmes.

DATES CLES

Lundi 25 janvier	Mise en ligne des qualifiés à l'issue des championnats régionaux
Jeudi 28 janvier	Date limite des demandes de repêchage à 12h00
Vendredi 29 janvier	Mise en ligne des qualifiés repêchés
Lundi 1er février	Date limite des demandes de repêchage tardif à 23h59
Mardi 2 février	Date limite des confirmations d'engagements à 23h59

SAISON EN SALLE

Instructions communes à tous les championnats Cadets à Séniors.

1 - Mode de qualification
Les qualifications se feront aux bilans sur la base des performances réalisées sur piste courte ou en salle entre le 1er septembre 2026 et la date précisée à chaque championnat sous réserve de la réalisation des performances planchers

Une liste des qualifiables sera publiée pour chaque compétition. Les clubs **devront confirmer la participation** de leurs athlètes avant la date spécifique à chaque championnat. A l'issue de ce délai, la LIFA publiera **la liste des qualifiés définitifs** en fonction des athlètes confirmés et des quotas de qualification pour chaque épreuve.

Attention, les athlètes ne sont plus qualifiés par défaut. Il conviendra désormais de confirmer la présence de vos athlètes.

2 – Athlètes non classés dans les bilans.
Des athlètes ne figurant pas encore au bilan de la saison hivernale pourront faire une demande **de qualification exceptionnelle** avec une performance hivernale ou estivale réalisée au cours de la saison **2026**. Cette demande, qui doit être envoyée à cso@athleif.org avant la date précisée pour chaque championnat, ne pourra être étudiée que si cette performance le place dans le 1er tiers des quotas de qualifiés, au moment de la réunion de qualification*.

*Par exemple pour un quota de 60 athlètes qualifiés, la performance demandée doit être au moins égale à celle du 20ème de la liste des qualifiables.

3 – Athlètes Hors-LIFA
Les athlètes licenciés dans des clubs hors LIFA pourront faire une demande de qualification. Cette demande ne sera recevable que si elle le place dans le 1er tiers des quotas de qualifiés, au moment de la réunion de qualification*.

Le nombre d'athlètes hors LIFA (en dehors des athlètes des structures de haut niveau situé à Eaubonne, ou à l'INSEP) sur une épreuve ne peut dépasser 10% des effectifs sauf dans le cas où le nombre d'athlètes franciliens ne permet pas de remplir les quotas de qualifiés.

4 – Engagement hors délais

Les engagements tardifs seront possibles pour les Cadets et Juniors s'engageant sur une compétition Senior ou pour les athlètes hors-LIFA jusqu'à une date limite fixée pour chacune des compétitions. Les clubs LIFA pourront également formuler des demandes de **qualifications exceptionnelles hors délais** jusqu'à ces mêmes dates.

Les tarifs de ces engagements seront majorés selon les modalités prévues dans la circulaire financière de la LIFA. (Voir pages 5)

Ces demandes seront analysées selon les mêmes modalités que les demandes reçues dans les temps.

CHAMPIONNATS RÉGIONAUX CADETS-JUNIORS EN SALLE
SAMEDI 9 et DIMANCHE 10 JANVIER 2027 A EAUBONNE-ATHLÉTICA

1 - Mode de qualification : Dates et quota
Performances réalisées entre le 1er septembre 2026 et le 20 décembre 2026.

Le nombre d'athlètes qualifiés pour chaque catégorie sera le suivant :

Epreuves	CA	JU	Epreuves	CA	JU
60m	72	72	Longueur	15	15
200m	48	48	Triple Saut	15	15
400m	40	40	Hauteur	15	15
800m	32	32	Perche	15	15
60m Haies	54	54	Poids	15	15
4x1tour	12	12			

2 – Athlètes non classés dans les bilans.
Demande **de qualification exceptionnelle** avant le dimanche **20 décembre 2026 à 23h59.**

3- Engagement hors délais
Les demandes d'engagements hors délais devront parvenir à la LIFA avant le lundi **4 janvier 2027.**

Dates importantes

Liste des qualifiables publiée le mercredi **23 décembre 2026.**
Date limite d'engagements hors délais avant le lundi **4 janvier 2027 à 23h59.**
Confirmation de participation avant le mardi **5 janvier 2027 à 23h59.**
Liste définitive des qualifiés publiée le mercredi **6 janvier 2027** sur le site http://lifa-athle.fr

Tout forfait (non justifié) sera pénalisé selon le barème en vigueur

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE D'ÉPREUVES COMBINÉES
SAMEDI 16 et DIMANCHE 17 JANVIER 2027 À EAUBONNE-ATHLÉTICA

PROGRAMME : Pentathlon CAF – JUF – ESF – SEF – Heptathlon CAM – JUM – ESM – SEM

1 - Mode de qualification : Dates / Performances planchers et quota
Performances réalisées entre le 1er septembre **2026 et le 20 décembre 2026**

CAF	JUF	ESF	SEF	CAM	JUM	ESM	SEM
2400 pts	2400 pts	2400 pts	2400 pts	3250 pts	3300 pts	3500 pts	3500 pts

Le nombre d'athlètes qualifiés pour chaque catégorie sera le suivant :

CAF	JUF/ESF/SEF	CAM	JUM	ESM	SEM
30	**30**	**30**	**15**	**15**	**15**

Note : pour les JUF/ESF/SEF : il y aura au moins 6 athlètes JUF et 6 athlètes ESF qualifiées

2 – Athlètes non classés dans les bilans.
Demande **de qualification exceptionnelle** avant le dimanche **20 décembre 2026 à 23h59**, avec une performance hivernale ou estivale réalisée au cours de la saison 2026 du niveau ci-dessous minimum

CAF	JUF	ESF	SEF	CAM	JUM	ESM	SEM
R1	IR4	IR1	IR1	R1	IR4	IR1	IR1

3 – Athlètes hors-LIFA
Le nombre d'athlètes hors LIFA (en dehors des athlètes des structures de haut niveau situé à Eaubonne, ou à l'INSEP) est fixé à 2 maximum par catégorie.

4 – Engagement hors délais
Les demandes d'engagements hors délais devront parvenir à la LIFA avant le **lundi 11 janvier 2027.**

Dates importantes.

Liste des qualifiables sera publiée le **mercredi 23 décembre 2026**.
Date limite d'engagements hors délais avant le lundi **11 janvier 2027 à 23h59**.
Confirmation de participation avant le mardi **12 janvier 2027 à 23h59.**
Liste définitive des qualifiés publiée le mercredi **13 janvier 2027 sur le site** http://lifa-athle.fr

Tout forfait (non justifié) sera pénalisé selon le barème en vigueur

CHAMPIONNATS RÉGIONAUX ESPOIRS-SENIORS EN SALLE
SAMEDI 23 ET DIMANCHE 24 JANVIER 2027 À EAUBONNE-ATHLÉTICA

1 - Mode de qualification : Dates et quota
Performances réalisées entre le 1er septembre 2026 et le 10 janvier 2027.

Le nombre d'athlètes qualifiés pour chaque catégorie sera le suivant :

Courses	ES	SE	Concours	ES	SE
60m	60	72	Longueur	15	15
200m	40	40	Triple Saut	15	15
400m	35	35	Hauteur	15	15
800m	32	32	Perche	15	15
60m Haies	42	42	Poids	15	15

2 – Athlètes non classés dans les bilans.
Demande **de qualification exceptionnelle** avant dimanche **10 janvier 2027 à 23h59.**

3- Engagement hors délais
Les demandes d'engagements hors délais devront parvenir à la LIFA avant le lundi **18 janvier 2027.**

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

Liste des qualifiables sera publiée le mercredi **13 janvier 2027.**
Date limite d'engagements hors délais avant le lundi **18 janvier 2027 à 23h59.**
Confirmation de participation avant le mardi **19 janvier 2027 à 23h59.**
Liste définitive des qualifiés publiée le mercredi **20 janvier 2027.**

Tout forfait (non justifié) sera pénalisé selon le barème en vigueur

CHAMPIONNATS D'ÎLE DE FRANCE DE MARCHE EN SALLE
SAMEDI 30 JANVIER 2027 A EAUBONNE-ATHLETICA

1 - Mode de qualification
Entre le 1er septembre 2026 et le 17 janvier 2027 lors des compétitions sur piste courte- sous réserve de la réalisation des performances ci-dessous : Minima D = qualification directe et E = éventuelle

Le nombre d'athlètes qualifiés sera de 30 par épreuve (2 finales de 15 athlètes) . En cas d'épreuves non complètes ; la CRM se réserve le droit de qualifier sous les minimas E en priorisant les jeunes catégories

Liste des qualifiables sera publiée le mercredi 20 janvier 2027.
Confirmation de participation avant le mardi 26 janvier 2027 à 23h59..
Liste définitive des qualifiés publiée le mercredi 27 janvier 2027

2 – Athlètes non classés dans les bilans.
Demande **de qualification exceptionnelle** avant le dimanche 17 janvier 2027 à 23h59

3- Engagement hors délais
Performance améliorée entre le 17 et le 24 janvier 2027 Les demandes d'engagements tardifs devront parvenir à la LIFA avant le lundi 25 janvier 2027

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

Toutes les demandes d'engagement ou de qualification exceptionnelle devront parvenir à la LIFA
avant le : Dimanche **17 janvier 2027 à 23h59.**
La liste des **qualifiables** sera diffusée le mercredi **20 janvier 2027.**
La liste définitive des **qualifiés** le mercredi **27 janvier 2027.**
Elle figurera sur le site internet *http://lifa-athle.fr* .

Tout forfait (non justifié) sera pénalisé selon le barème en vigueur

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE CADETS-JUNIORS EN SALLE
SAMEDI 30 JANVIER 2027 À EAUBONNE – ATHLÉTICA
DIMANCHE 31 JANVIER 2027 À PARIS – INSEP

1 - Mode de qualification : Dates et quota

Performances réalisées entre le 1er septembre 2026 et le 17 janvier 2027.

Le nombre d'athlètes qualifiés pour chaque catégorie sera le suivant :

Courses	CA	JU	Concours	CA	JU
60m	63	63	Hauteur	15	15
200m	40	40	Perche	15	15
400m	35	35	Longueur	15	15
800m	18	18	Triple Saut	15	15
1500m	15	15	Poids	15	15
60m Haies	45	45	4x1 tour	12	12

2 – Athlètes non classés dans les bilans.

Demande **de qualification exceptionnelle** avant dimanche **17 janvier 2027 à 23h59.**

3- Qualification hors délais

Les demandes d'engagements hors délais devront parvenir à la LIFA avant le lundi **25 janvier 2027.**

4 – Répartition des épreuves entre les salles

A Eaubonne : 200m – 400m – 800m – 1500m – relais 4x1 tour – Triple Saut - Hauteur

A l'INSEP : 60m – 60m Haies – Perche – Longueur et Poids

Dates importantes

Liste des qualifiables sera publiée le mercredi **20 janvier 2027.**
Date limite d'engagements hors délais avant le lundi **25 janvier 2027 à 23h59.**
Confirmation de participation avant le mardi **26 janvier 2027 à 23h59.**
Liste définitive des qualifiés publiée le mercredi **27 janvier 2027** sur le site http://lifa-athle.fr

Tout forfait (non justifié) sera pénalisé selon le barème en vigueur

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE ESPOIRS-SENIORS
SAMEDI 6 FÉVRIER 2027 À PARIS - INSEP
DIMANCHE 7 FÉVRIER À NOGENT/OISE - salle Marie Curie

1 - Mode de qualification : Dates et quota
Entre le 1er septembre 2026 et le 24 janvier 2027.

Le nombre d'athlètes qualifiés pour chaque catégorie sera le suivant :

Courses	ES	SE	Concours	ES	SE
60m	54	63	Hauteur	15	15
200m	36	36	Perche	15	15
400m	32	32	Longueur	15	15
800m	18	18	Triple Saut	15	15
1500m	15	15	Poids	15	15
60m Haies	36	36			

2 – Athlètes non classés dans les bilans.
Demande **de qualification exceptionnelle** avant dimanche **24 janvier 2027 à 23h59.**

3- Qualification hors délais
Les demandes d'engagements hors délais devront parvenir à la LIFA avant le lundi 1er février 2027.

4 – Répartition des épreuves entre les salles
Insep : 60m – 60m haies - Hauteur ESF-SEF - Perche - Longueur et Poids

Nogent/Oise : 200m – 400m – 800m – 1500m - Triple-saut - Hauteur ESM-SEM

Dates importantes

Liste des qualifiables sera publiée le mercredi **27 janvier 2027.**
Date limite d'engagements hors délais avant le lundi **1er février 2027 à 23h59.**
Confirmation de participation avant le mardi **2 février 2027 à 23h59.**
Liste définitive des qualifiés publiée le mercredi **3 février 2027.**

Tout forfait (non justifié) sera pénalisé selon le barème en vigueur

EPREUVES DE PLEIN AIR

CRITERIUM HIVERNAL DE LANCERS LONGS
1er Tour : Samedi 30 et Dimanche 31 janvier 2027 - Maisons-Alfort
2ème Tour : Samedi 13 et Dimanche 14 Février 2027 - Bois d'Arcy

1 - Épreuves : Disque, Marteau, Javelot et Marteau Lourd (au 1er tour)

2 - Catégories : Cadets, Juniors, Espoirs, Seniors, Masters Hommes et Femmes. Les athlètes de la catégorie Masters participent aux épreuves Seniors.

3 - Engagements :
Les engagements se font directement sur le site internet https://www.lifa-athle.fr/
Il est nécessaire de préciser la performance de qualification.

Toutes les performances réalisées au cours de la saison et la saison précédente seront prises en compte selon les minimas suivants :

HOMMES	Disque	Marteau	Javelot
Minima D - (qualification directe)	36m00	43m00	47m00
Minima E - (qualification éventuelle)	30m00	35m00	40m00

FEMMES	Disque	Marteau	Javelot
Minima D - (qualification directe)	32m00	39m00	32m00
Minima E - (qualification éventuelle)	25m00	30m00	25m00

4 – Athlètes Hors-LIFA
Les athlètes licenciés dans des clubs hors LIFA pourront s'engager sur la compétition. L'inscription ne sera validée que si elle place l'athlète dans le 1er **tiers des engagés**. Le nombre d'athlètes hors LIFA (en dehors des athlètes des structures de haut niveau situé à Eaubonne, ou à l'INSEP) sur une épreuve ne peut dépasser 10% des effectifs sauf dans le cas où le nombre d'athlètes franciliens ne permet pas de remplir les quotas de qualifiés.

5 - **Qualifiés :**
Dates limites d'engagement : 1er tour lundi 25 janvier à 18h00 au plus tard
2ème tour lundi 8 février à 18h00 au plus tard

Des groupes de niveau seront constitués

** LA LISTE DÉFINITIVE DES ATHLÈTES QUALIFIÉS sera diffusée
le mercredi **27 janvier pour le 1er tour**
le mercredi **10 février pour le second**

Tout forfait (non justifié) sera pénalisé selon le barème en vigueur

Horaires :
Les horaires seront publiés sur le site internet http://lifa-athle.fr -
Ces épreuves seront qualificatives pour la COUPE DE FRANCE des 5 et 6 juin sous réserve de présenter 4 athlètes sur la même épreuve le même jour.

Epreuves de Marteau Lourd :
La LIFA propose des épreuves de Marteau Lourd.
Les engagements sont réservés aux lanceurs ayant réalisé les minimas demandés pour le marteau "classique".

HOMMES		
Seniors	15,88 kg	(35 lb)
Espoirs	15,88 kg	(35 lb)
Juniors	11,34 kg	(25 lb)
Cadets	9,08 kg	(20 lb)

FEMMES		
Seniors	9,08 kg	(20 lb)
Espoirs	9,08 kg	(20 lb)
Juniors	7,26 kg	(16 lb)
Cadettes	5,45 kg	(12 lb)

EPREUVES BENJAMINS/MINIMES

CRITERIUM LIFA BENJAMINS/MINIMES DE LANCER LONG HIVERNAL (Nouveauté 2027)

DIMANCHE 13 DECEMBRE 2027 – Noisy – le – Grand

Epreuves : disque, marteau, javelot,

Engagements :

Les engagements se font directement sur le site internet LIFA : http://lifa-athle.fr.
Date limite d'engagement : dimanche 6 décembre 2026 à 23h59. Date de mise en ligne des athlètes retenus : mardi 9 décembre 2026 Le port du maillot de club est obligatoire

Horaires : les horaires seront diffusés sur le site internet LIFA

RAPPEL CATEGORIES-POIDS DES ENGINS

	BEF	MIF	BEM	MIM
Marteau	2 kg	3 kg	3 kg	4 kg
Disque	600g	800g	1 kg	1,250 kg
Javelot	400g	500g	500g	600g

MATCH INTERDEPARTEMENTAL DE CROSS-COUNTRY
BENJAMINS/BENJAMINES - TROPHÉE JACK ROULET
Dimanche 7 février 2027 - et lieu à confirmer

ARTICLE 1 - QUALIFICATIONS

Chaque comité départemental peut présenter jusqu'à 15 athlètes par catégorie (Benjamins - Benjamines), en sachant que le classement par équipe se fait sur les 8 premiers. Il y a donc 7 remplaçants. Aucun athlète supplémentaire ne sera autorisé à participer.
La liste des participants est à envoyer avant le lundi 1er février 2027 à 09h00 à par mail à jean-sebastien.betrancourt@athleif.org.

ARTICLE 2 - ORGANISATION

Les athlètes doivent porter le maillot distinctif de leur comité départemental.
Un espace sera dédié à ces équipes afin de faciliter leur préparation. Il revient, toutefois, à chaque comité de nommer un ou plusieurs responsables sur place (accueil, inscriptions, échauffement, etc.)

ARTICLE 2 - CLASSEMENT

Sera déclaré vainqueur le département ayant obtenu le plus faible total de points, après addition des résultats des deux classements par catégorie. En cas d'égalité, les équipes seront départagées en fonction du meilleur classement du dernier athlète de chaque équipe ayant marqué des points.

ARTICLE 3 - RECOMPENSES

Médailles à tous les arrivants.
1 coupe pour la 1ère équipe départementale dans chaque catégorie.
1 coupe (Trophée Jack ROULET) pour la 1ère équipe au classement général sur les 2 catégories.

ARTICLE 4 - DROIT A L'IMAGE

Toute captation photographique ou audiovisuelle réalisée à des fins commerciales et toute commercialisation d'images de la manifestation sont soumises à l'autorisation écrite préalable de l'organisateur.
L'accès aux zones réservées est limité aux photographes accrédités.
De par sa participation, le concurrent renonce à tout droit personnel à l'image et autorise l'organisateur ainsi que ses ayants droit et partenaires à utiliser celle-ci sur tout support.

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE D'EPREUVES COMBINEES
BENJAMINS, MINIMES (GARÇONS ET FILLES)
SAMEDI 27 FÉVRIER ET DIMANCHE 28 FÉVRIER 2027 – EAUBONNE - ATHLETICA

1 - Epreuves
Samedi 27 février 2027
Tétrathlon Benjamins U14 : 50m haies - Perche ou Longueur - Poids - 1000 m
Tétrathlon Benjamines U14 : 50m haies - Hauteur - Poids - 1000 m

Dimanche 28 février 2027
Pentathlon Minimes masculins U16 : 50m haies - Hauteur - Poids - Perche ou Longueur - 1000 m
Pentathlon Minimes filles U16 : 50m haies - Hauteur - Poids - Longueur - 1000 m

2 - Qualifications
Date limite de réalisation des performances : dimanche 14 février 2027

Les qualifications seront effectuées au bilan.

La réunion de qualification se tiendra le mardi 16 février 2027.Une liste d'athlètes qualifiables par épreuves et par catégorie sera publiée à partir du mercredi 17 février 2027 sur le site internet http://lifa-athle.fr.

Les clubs devront confirmer la présence de leurs athlètes jusqu'au mardi 23 février 2027 à 23h59.

Le nombre d'athlètes sélectionnés sur la liste définitive sera de 45 par catégorie, mais en masculins, un groupe « perche » sera constitué de 15 athlètes *au maximum*, indépendamment de ceux qualifiés pour le groupe « longueur ».

3 - Qualifications exceptionnelles
Si l'athlète n'a pas fait de tétrathlon U14 ou de pentathlon U16, un formulaire spécifique devra être rempli et envoyé à la ligue avant le mardi 16 février 2027 à 09h00 par mail à hatem.benayed@athleif.org

Un minimum de 4 performances correspondantes aux épreuves en minime U16 et un minimum de 3 performances en benjamin U14 devra y être clairement indiqué.

Les épreuves devront avoir été réalisées depuis le 1er septembre 2026 et devront correspondre à celles des tétrathlons ou pentathlons.

Les formulaires sont en ligne sur le site internet de la LIFA, rubrique « compétitions » puis sous rubrique '' calendriers, formulaires et règlements''

4 - Confirmation
Les confirmations se font directement sur le site internet https://www.lifa-athle.fr/ jusqu'au mardi 23 février 2027 à 23h59.

La liste définitive des qualifiés sera publiée le mercredi 24 février 2027.

CRITERIUM LIFA BENJAMINS/MINIMES DE MARCHE EN SALLE
SAMEDI 27 FEVRIER ET DIMANCHE 28 FEVRIER 2027, LIEUX

Epreuves :
Benjamin/Benjamines : 1000m (animation) / 2000m (officiel)
Minime garçon/Minime Fille : 2000m (animation) / 3000m (officiel)

Limitation à 18 athlètes par épreuves. Une seule distance par athlète.

Engagement :
Les engagements se font directement sur le site internet LIFA : https://www.lifa-athle.fr/ .

Date limite d'engagement :
Lundi 22 février 2027

Horaires : les horaires seront diffusés sur le site internet de la LIFA

MATCH INTERDEPARTEMENTAL EN SALLE BENJAMINS ET MINIMES – MONDO 21 MARS 2027

Article 1 : Organisation

La Ligue d'Ile de France d'Athlétisme (LIFA) organise un match interdépartemental en salle à l'intention des 8 comités départementaux qui la composent.
Sauf disposition contraire dans ce présent règlement, la compétition se déroulera selon les règles édictées par la Fédération Française d'Athlétisme.

Article 2 : Catégories

Le match est ouvert aux athlètes des catégories Benjamin (garçon/fille) et Minime (garçon/fille) licenciés dans les clubs affiliés à la LIFA

Article 3 : Equipes

Chaque comité départemental peut engager une sélection d'athlètes dans les deux catégories du match. Ces athlètes devront être licenciés FFA au plus tard la veille de la compétition dans un club qui dépend de son comité départemental. Les compositions d'équipes devront être communiquées par les Comités départementaux à la LIFA au plus tard le Lundi 15 mars 2027 à 23h59.

Les responsables départementaux devront confirmer leur équipe et déposer leurs demandes de changements de composition d'équipe au moins 30 minutes avant la première épreuve.
Passé ce délai, un changement dans la composition pourra être accordée à un département en cas de blessure du titulaire survenue lors de l'échauffement ou sur une épreuve précédente. Ce changement devra se faire au moins 30 minutes avant le début de l'épreuve.

Le port du maillot du Comité est obligatoire.

Article 4 : Epreuves individuelles

Dans chacune des deux catégories sont disputées les épreuves suivantes :

- 50m ;
- 1000m ;
- 50m haies ;
- Marche (2000m benjamin-3000m minimes) ;
- Hauteur masculine les années impaires et féminine les années paires
- Longueur masculine les années impaires et féminine les années paires
- Perche féminine les années impaires et masculine les années paires
- (1 seul athlète de chaque catégorie).
- Triple-saut féminine les années impaires et masculine les années paires
- Poids ;
- Disque (en fonction des disponibilités du lieu)

Article 5 : Relais

Chaque Comité départemental peut engager un relais 4x1 tour composé d'un athlète de chacune des 4 catégories dans l'ordre suivant : benjamine-minime fille-benjamin-minime garçon. La composition du relais devra être remise par les comités départementaux au plus tard une heure avant le début de ces courses.

Article 6 : Composition des équipes

Chaque comité départemental peut engager par catégorie et par sexe :

- 3 athlètes sur les épreuves de courses (2 athlètes pour l'épreuve de marche),
- 2 athlètes sur les épreuves de concours (sauf perche et hauteur où un seul athlète de chaque catégorie sera admis).

Un athlète peut participer à un maximum de deux épreuves individuelles : une course et un concours.
Aucun athlète engagé hors concours ne sera autorisé.

Article 7 : Comptabilisation des points

Pour chaque épreuve individuelle, les deux meilleurs athlètes par épreuve, par comité départemental et par sexe marquent des points, selon le barème suivant :

- 17 pts pour le premier athlète,
- 15 pts pour le deuxième,
- 14 pts pour le troisième...
- Jusqu'à 1 pt pour le 16ème.

Pour la perche et la hauteur, chaque athlète marquera des points selon le barème suivant :

- 18 pts pour le premier athlète,
- 14 pts pour le deuxième,
- 12 pts pour le troisième...
- Jusqu'à 2 pt pour le 8ème.

Un classement sera établi pour chaque catégorie.
Relais 4x1 tour :

- 18 pts pour la première équipe ;
- 14 pts pour la deuxième ;
- 12 pts pour la troisième...
- Jusqu'à 2 pts pour la huitième.

Un abandon, une disqualification ou un athlète non classé ne marque aucun point.
Les points inscrits par les jeunes-juges ayant officié sont rajoutés au total de l'équipe.

Article 8 : Jeunes-Juges

Les Comités Départementaux peuvent présenter un jeune juge (de catégorie benjamin ou minime) au titre de l'équipe Benjamins et un autre un jeune juge (de catégorie benjamin ou minime) au titre de l'équipe Minimes. Leur présence, sur l'ensemble de la compétition, apporte des points à l'équipe selon le barème suivant :

- 14 pts pour un jeune juge expérimenté (ou fédéral)
- 10 pts pour un jeune juge confirmé (ou régional)
- 7 pts pour un jeune juge apprenti (ou départemental)
- 3 pts pour un jeune juge non diplômé.

La qualification indiquée sur le SI-FFA au jour de la compétition est prise en compte pour l'obtention des points. Un jeune juge n'a pas la possibilité de participer à la compétition comme athlète.

Article 9 : Essais dans les concours

Longueur ; Poids ; Triple-saut et disque : 4 essais pour l'ensemble des concurrents
Hauteur, perche : concours classique. Les montées de barres seront déterminées par la C.R.J en fonction du niveau des athlètes engagés.

Article 10 : Classements

Trois classements sont établis :

1. Un classement par équipe dans la catégorie Benjamin, incluant les points du jeune juge déclaré dans cette équipe (le relais ne comptant pas).

2. Un classement par équipe dans la catégorie Minime, incluant les points du jeune juge déclaré dans cette équipe (le relais ne comptant pas).

3. Un classement général par équipe, obtenu par l'addition des classements benjamin, minime et des points de l'épreuve du relais.

Règles de départage en cas d'égalité :
Pour les classements par catégorie (benjamin et minime) : les équipes seront départagées par le nombre de premières places obtenues. Si l'égalité persiste, le nombre de deuxièmes places sera pris en compte, puis les places suivantes si nécessaire.
Pour le classement général par équipe : en cas d'égalité de points, le classement du relais sera déterminant pour départager les équipes.

Article 11 : Récompenses

Un trophée sera remis pour : Les trois premières équipes au classement benjamin ;

- Les trois premières équipes au classement minime ;

- Les trois premières équipes au classement général

Les athlètes et les jeunes juges des 3 meilleures équipes au classement général se verront décerner une médaille.

Article 12 : Réclamation

Tous cas non prévus par ce présent règlement seront traités par la C.R.J. de la L.I.FA. Avec possibilité d'appel auprès du bureau de la L.I.F.A.

DYNAMIC ATHLETIC

CHALLENGE ANNE GRAFFARD - TROPHEE DYNAMIC ATHLETIC

Catégories concernées : Benjamins U14 et Minimes U16 (masculins et féminines). Ce Challenge concerne tous les clubs de l'Île-de-France.

OBJECTIFS

- Développer un athlétisme de masse sans spécialiser trop tôt nos jeunes athlètes.
- Inciter les jeunes athlètes à pratiquer différentes disciplines et leur permettre d'en connaître les bases techniques et règlementaires.
- Détecter des talents.

PRINCIPES

- Catégories concernées : **BENJAMINS U14 et MINIMES U16** (garçons et filles) licenciés au titre du club au moment de la réalisation de la performance.
- Chaque athlète doit participer à **un triathlon** sur une même journée.
- Les triathlons seront retenus sur les compétitions référencées sur le SI-FFA **du 1er septembre 2025 au 31 août 2026.**
- Les performances sont cotées à la table de cotation FFA 2025-2028.
- Les 12 meilleurs totaux de triathlons (définis ci-dessus) seront retenus par club avec les limites suivantes :
  - Pas plus de 5 athlètes dans une catégorie
  - Au moins 3 catégories représentées.

NB : En cas d'ex-æquo, c'est le club qui a le meilleur total sur le 12ème triathlon qui l'emporte. Si l'ex- aequo subsiste, le 11ème total est pris en compte et ainsi de suite.

ORGANISATION

Les imprimés concernant le challenge seront remplis par les clubs et retournés à la LIFA.

Ceux-ci sont disponibles sur le site internet http://lifa-athle.fr rubrique pratiquer l'athlétisme/éducation athlétique et seront également envoyés par mail aux clubs.

Chaque club devra transmette les imprimés à la ligue avant le 28 février 2026 par mail à romain.sermet@athleif.org. Les CDJ de chaque département pourront aussi en faire le relais.

RECOMPENSES

Les clubs franciliens sont répartis en 2 poules :

-Poule A : clubs de 1 à 50 licenciés Benjamins U14 et Minimes U16 au 31 août 2026.
-Poule B : clubs au-dessus de 50 licenciés Benjamins U14 et Minimes U16 au 31 août 2026.

Les 10 premiers clubs au classement de la poule B et les 6 premiers clubs au classement de la poule A recevront une dotation en matériel (valeur dégressive suivant la place). Toute dotation non récupérée sans motif valable sera remise en jeu.

La date et le lieu de la remise des récompenses sera communiquée aux clubs récompensés après la date du 28 février 2027.

Un lot sera également remis :
- au Comité Départemental ayant le plus grand nombre de clubs participants au Challenge ;
- au Comité Départemental ayant la plus grosse part relative de licenciés EA/PO par rapport à son effectif total.

COMMISSION REGIONALE DE MARCHE

Pour tous les championnats hivernaux en salle 2027, les épreuves de marche seront alignées sur les autres disciplines athlétiques concernant les points suivants :

- Modalités d'engagements (respect de la date limite). Attention, les athlètes ne seront plus qualifiés par défaut. Les clubs devront désormais confirmer leur participation.
- Demandes de qualifications exceptionnelles
- Dates limites de désengagements

A – CHAMPIONNATS REGIONAUX EN SALLE DE MARCHE LE SAMEDI 16 JANVIER 2027 A EAUBONNE

Tant sur le 3000m marche femmes que sur le 5000m marche hommes, des séries A et B seront établies toutes catégories confondues, en fonction des bilans des engagés, la série A regroupant les athlètes possédant les meilleures performances. Les qualifications seront faites aux bilans des épreuves sur piste courte ou en salle à compter du 1er septembre 2026.

B – CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE EN SALLE DE MARCHE LE SAMEDI 30 JANVIER 2027 A EAUBONNE

Les qualifications pour les championnats d'Ile-de-France seront établies à l'issue des championnats régionaux suivant les minimas et seront complétées par les éventuelles demandes d'engagements ou de qualifications exceptionnelles sous réserve de figurer en bonne place dans les bilans. Des séries A et B seront établies toutes catégories confondues, la série A regroupant les athlètes possédant les meilleures performances.

C – BREVETS DE MARCHE

Ces brevets se dérouleront sur un circuit autour du Château de Vincennes :
Le 3 janvier 2027 pour les 10 et 20km et le 17 janvier 2027 pour les 10, 20, 30 et 40km. Horaires de départ suivant la distance à consulter sur le site de la LIFA http://lifa-athle.fr (Rdv Brasserie-Hôtel "le Terminus" – Vincennes)

D – CHALLENGE DE L'AMITIE FEMMES ET CHALLENGE DE L'AMITIE HOMMES (TROPHEE JEAN DAHM)

Les épreuves retenues pour le challenge de l'amitié seront publiées sur la rubrique marche athlétique du site de la LIFA

F – SITE INTERNET DE LA LIFA : HTTP://LIFA-ATHLE.FR

Le calendrier des épreuves de Marche est consultable sur le site de la LIFA à la rubrique compétition puis calendrier et règlements. *Envoyer un mail à Nathalie steinville pour lui demander si ça ne serait pas mieux de mettre le règlement directement dans le LIFA*

Les classements du Challenge de l'amitié seront régulièrement mis en ligne et proposés à la rubrique actualité.

CHAMPIONNATS RÉGIONAUX DE MARCHE EN SALLE
SAMEDI 16 JANVIER 2027 À EAUBONNE-ATHLÉTICA

1 - Mode de qualification
Les qualifications se feront aux bilans sur la base des performances réalisées sur piste courte ou en salle entre le 1er septembre 2026 et le 20 décembre 2026 lors des compétitions sur piste courte- sous réserve de la réalisation des performances ci-dessous :
Minima D = qualification directe et E = éventuelle

Le nombre d'athlètes qualifiés sera de 30 par épreuve (2 finales de 15 athlètes). En cas d'épreuves non complètes ; la CRM se réserve le droit de qualifier sous les minimas E en priorisant les jeunes catégories

Liste des qualifiables sera publiée le mercredi **23 décembre 2026.**
Confirmation de participation avant le mardi **12 janvier 2027 à 23h59.**
Liste définitive des qualifiés publiée le mercredi **13 janvier 2027.**

2 – Athlètes non classés dans les bilans.
Demande **de qualification exceptionnelle** avant le dimanche **20 décembre 2026 à 23h59**.

4- Engagement hors délais
Les demandes d'engagements hors délais devront parvenir à la LIFA avant le lundi 11 janvier 2027

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

Toutes les demandes d'engagement ou de qualification exceptionnelle devront parvenir à la LIFA
Avant le : Dimanche **20 décembre 2026 à 23h59.**
La liste des **qualifiables** sera diffusée le mercredi **23 décembre 2026.**
La liste définitive des **qualifiés** le **mercredi 13 janvier 2027.**
Elle figurera sur le site internet *http://lifa-athle.fr*.

Tout forfait (non justifié) sera pénalisé selon le barème en vigueur

PERFORMANCES PLANCHERS CHAMPIONNATS DE MARCHE

REGIONAUX

	5000 m				3000 m			
	SEM	ESM	JUM	CAM	SEF	ESF	JUF	CAF
Minima E	28'15"00	29'00"00	31'00"00	33'00"00	20'15"00	21'00"00	22'00"00	23'00"00
Minima D	26'15"00	28'00"00	29'00"00	30'00"00	18'30"00	19'30"00	20'30"00	22'00"00

ÎLE-DE-FRANCE

	5000 m				3000 m			
	SEM	ESM	JUM	CAM	SEF	ESF	JUF	CAF
Minima E	27'30"00	28'30"00	29'30"00	31'00"00	**18'15"00**	20'00"00	21'00"00	22'00"00
Minima A	25'45"00	26'30"00	27'00"00	28'00"00	16'30"00	17'15"00	18'00"00	18'30"00

CRITERIUM DE PRINTEMPS DE MARCHE DE DUREE et EPREUVES JEUNES
Dimanche 21 mars 2027 – implantation à venir

Epreuves :
-9h00 :1 heure JU/ES/SE/MA Hommes
-10h15 :1 heure JU/ES/SE/MA Femmes
-11h25: 3000m MIF, MIM - 5000 m CAF, CAM
-12h05: 2000 m BEF, BEM

Engagements : Engagements sur le site internet LIFA : http://lifa-athle.fr

CRITERIUM LIFA MASTERS DE LANCERS LONGS
Samedi 12 décembre 2026 – Noisy le Grand

Epreuves :
Disque, marteau, javelot, marteau lourd
Engagements :
Les engagements se font directement sur le site internet LIFA : http://lifa-athle.fr.
Date limite d'engagement : lundi 7 décembre 2026 à 23h59.
Le port du maillot de club est obligatoire (Règle F.143.1 du Règlement Sportif)
Horaires : les horaires seront diffusés sur le site internet LIFA

RAPPEL CATEGORIES-POIDS DES ENGINS – HAUTEUR DE HAIES

Les catégories d'âge de 5 ans sont calculées à la date anniversaire.

RAPPEL DES SOUS CATEGORIES D'AGE 2026

M	Hommes	Femmes		
0	M35	F35	35 A 39 ANS	1992 - 1988
1	M 40	F 40	40 A 44 ANS	1987 - 1983
2	M 45	F 45	45 A 49 ANS	1982 - 1978
3	M 50	F 50	50 A 54 ANS	1977 - 1973
4	M 55	F 55	55 A 59 ANS	1972 - 1968
5	M 60	F 60	60 A 64 ANS	1967 - 1963
6	M 65	F 65	65 A 69 ANS	1962 - 1958
7	M 70	F 70	70 A 74 ANS	1957 - 1953
8	M 75	F 75	75 A 79 ANS	1952 - 1948
9	M 80	F 80	80 A 84 ANS	1947 - 1943
10	M85	F85	85 A 89 ANS	1942 et avant

POIDS DES ENGINS

	Poids	**Disque**	**Javelot**	**Marteau**
Masculins				
M35-45	7 kg 260	2 kg	800 gr	7 kg 260
M50-55	6 kg	1 kg 500	700 gr	6 kg
M60-65	5 kg	1 kg	600 gr	5 kg
M70-75	4 kg	1 kg	500 gr	4 kg
M80-85	3 kg	1 kg	400 gr	3 kg
Féminins				
F35-45	4 kg	1 kg	600 gr	4 kg
F50-55	3 kg	1 kg	500 gr	3 kg
F60-65-70	3 kg	1 kg	500 gr	3 kg
F75	2 kg	0,750 kg	400 gr	2 kg

HAUTEUR DES HAIES

60 m Haies masculins		
M40-45	0,990	5 haies 13,72-9,14
M50-55	0,914	5 haies 13-8,50-13
M60-65	0,840	5 haies 12-8-16
M70-75	0,762	5 haies 12-7-20

60 m Haies féminines		
F40-45	0,762	5 haies 12-8-16
F50-55	0,762	5 haies 12-7-20
F60-65	0,686	5 haies 12-7-20
F70-75	0,686	5 haies 12-7-20

MEETING EN SALLE RESERVE AUX MASTERS
Vendredi 18 décembre 2026 à Eaubonne
Athletica - 64 rue des Bouquinvilles, 95600 EAUBONNE
Les catégories d'âge de 5 ans sont calculées à la date anniversaire.

La ligue d'Ile de France d'Athlétisme organise le vendredi 18 décembre 2026 dans la salle d'Eaubonne un meeting réservé aux Masters.

Les engagements se font directement sur notre site http://lifa-athle.fr
Date limite d'engagement : lundi 14 décembre 2026 à 23h59 (aucun engagement ne sera pris sur place)

Le nombre de places étant limité, les inscriptions seront enregistrées dans l'ordre pour chacune des épreuves.
Tarif pour les franciliens : 10€ par épreuve pour les franciliens, 5 € pour la 2 ème
Tarif pour le hors ligue : 15 € par épreuve, 5 € pour la 2 ème.
Nombre d'épreuves, limité à deux par athlète
Courses : 60 m (3 séries M & 3 F) avec finales, 200m (3 séries H & 3 F), 400m (3 séries M & 3F)
Concours : Poids M, longueur 1 M & 1 F, perche mixte.
Contact : cram@athleif.org et hatem.benayed@athleif.org

Horaires

				Sautoir 1	Sautoir 2	Perche	Poids
19h45	60m MAF	Séries	19h45				
20h00	60m MAM	Séries	20h00		Longueur MAF		
			20h15	Longueur MAM			MAM
20h20	200m MAF	Finales Directes	20h20			Mixte	
20h35	200m MAF	Finales Directes					
20h55	60m MAF	Finale					
21h00	60m MAM	Finale					
21h15	400m MAF	Finale Directe					
21h25	400m MAM	Finale Directe					

Le nombre d'athlètes sélectionnés par épreuve seront les suivants :

	Nb Athlètes Maximum	
Epreuves	**Filles**	**Garçons**
60m	30	30
200m	16	16
400m	15	15
Longueur	15	15
Perche	15 (Mixte)	
Poids	[redacted]	15

Si le nombre d'inscrits sur une épreuve est supérieur aux quotas ci-dessus, les athlètes seront sélectionnés selon leur ordre d'inscription.

La liste complète des athlètes retenus et les horaires seront disponibles sur http://lifa-athle.fr ainsi que la liste des athlètes qui seraient susceptibles d'être retenus en cas de désengagement.

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE EN SALLE MASTERS
Samedi 20 Février 2027 à Eaubonne

Les catégories d'âge de 5 ans sont calculées à la date anniversaire.

Les engagements se font directement sur notre site http://lifa-athle.fr
Date limite d'engagement : lundi 15 février 2027 à 23h59 **(aucun engagement ne sera pris sur place)**
Le port du maillot de club est obligatoire (Règle F.143.1 du Règlement Sportif)
Seuls les titres seront attribués.

Programme des épreuves (Masculins et Féminins) **:**
60m – 200m – 400m - 800m - 60m haies
Hauteur – Perche – Longueur – Triple saut
Poids
5000m Marche (Masc.) - 3000 marche (Fém.)
Les horaires seront communiqués sur le site internet LIFA à la rubrique compétitions à venir.

CALENDRIERS DES COMITES DEPARTEMENTAUX

(Informations données à titre indicatif)

Seul le calendrier publié par chaque comité départemental est considéré comme officiel

COMITE DEPARTEMENTAL DE PARIS (75) (http://comitedeparis.athle.com)		
22/11/2026	DEPARTEMENTAUX EN SALLE J-1 (CA À SE)	EAUBONNE
06/12/2026	DEPARTEMENTAUX EN SALLE J-2 (CA À SE)	CLAMART
5-6/12/2026	DEPARTEMENTAUX D'EPREUVES COMBINEES EN SALLE (CA À SE)	INSEP
12/12/2026	DEPARTEMENTAUX DE TRIATHLON EN SALLE (BE)	LA PAGODE
13/12/2026	DEPARTEMENTRAUX D'ÉPREUVES INDIVIDUELLES ET DE TRATHLON EN SALLE (MI)	LA PAGODE
10/01/2027	DEPARTEMENTAUX D'ÉPREUVES DE CROSS (EA/PO À MA)	STADE PERSHING
06/02/2027	DEPARTEMENTAUX D'ÉPREUVES COMBINÉES (BE)	LA PAGODE
07/02/2027	DEPARTEMENTAUX D'ÉPREUVES COMBINÉES (MI)	LA PAGODE
13/03/2027	ANIMATION EA / PO	LA PAGODE

COMITE DEPARTEMENTAL DE SEINE ET MARNE (77) (http://comite77.athle.com)		
28-29/11/2026	CHAMPIONNATS 77 EN SALLE CJES	REIMS
05-06/12/2026	CHAMPIONNATS 77 EPREUVES COMBINEES CJES	INSEP
12/12/2026	CHAMPIONNATS 77 TRIATHLON BE	AMSD FONTAINEBLEAU
13/12/2026	CHAMPIONNATS 77 TRIATHLON MI	AMSD FONTAINEBLEAU
10/01/2027	CHAMPIONNATS 77 DE CROSS	COULOMMIERS
16/01/2027	CHAMPIONNATS 77 EPREUVES COMBINEES BE	AMSD FONTAINEBLEAU
17/01/2027	CHAMPIONNATS 77 EPREUVES COMBINEES MI	AMSD FONTAINEBLEAU
23/01/2027	CHAMPIONNATS 77 LANCER LONGS HIVERNAUX	OCQUERRE

COMITE DEPARTEMENTAL DES YEVLINES (78) (http://cda78.athle.org)		
27/11/2026	CHALLENGE EQUIP'ATHLE AUTOMNAL	MANTES LA JOLIE
15/11/2026	CROSS DE LA BUTTE VERTE	MANTES LA JOLIE
15/11/2026	CROSS DE L'EPINOCHE	MONTESSON
22/11/2026	CROSS NATIONAL DES MUREAUX ILE DE France	LES MUREAUX
29/11/2026	DEPARTEMENTAUX INDOOR J1	CDFAS EAUBONNE
06/12/2026	1ER TOUR TRIATHLON EN SALLE BE MI	VERSAILLES
06/12/2026	1ER TOUR TRIATHLON EN SALLE BE MI	TRAPPES
12-13/12/2026	DEPARTEMENTAUX INDOOR J2 et J3	CLAMART
10/01/2027	CROSS DEPARTEMENTAL	SARTROUVILLE
30/01/2027	2EME TOUR TRIATHLON EN SALLE BE MI	VERSAILLES
30/01/2027	2EME TOUR TRIATHLON EN SALLE BE MI	TRAPPES
14/03/2027	FINALE EN SALLE BE MI	Lieu à définir
20/03/2026	FINALE EN SALLE EA PO	Lieu à définir

COMITE DEPARTEMENTAL DE L'ESSONNE (91) (http://cd91.athle.org)		
28/11/2026	ESSONNE CJES 60-200-400-800-1500 - MARCHE	FONTAINEBLEAU
05/12/2026	ESSONNE EC CJES	INSEP
06/12/2026	ESSONNE EC CJES	INSEP
05/12/2026	EQUIP ATHLE BENJAMINS	VIRY-CHATILLON
06/12/2026	EQUIP ATHLE MINIMES	VIRY-CHATILLON
12/12/2026	ESSONNE EC CJES J1	VIRY-CHATILLON
13/12/2026	ESSONNE EC CJES J2	VIRY-CHATILLON
03/01/2027	ESSONNE LANCER LONG	A DESIGNER
10/01/2027	CHAMPIONNAT 91 DE CROSS + CROSS COURT	ROINVILLE SOUS DOURDAN
30/01/2027	EC BENJAMIN J1	VIRY-CHATILLON
31/01/2027	EC MINIME J2	VIRY-CHATILLON
07/03/2027	FINALE BM	VIRY-CHATILLON

COMITE DEPARTEMENTAL DES HAUTS DE SEINE (92) (http://cda92.athle.org)		
03/10/2026	NORDIC92	CLAMART
11/10/2026	EQUIP'ATHLE BE/MI	ANTONY
07/11/2026	CROSS JEUNES	NANTERRE
11/11/2026	DETECTION U14	ANTONY
15/11/2026	CROSS DE CHAVILLE	CHAVILLE
29/11/2026	CHAMPIONNAT C/J/E/S J1 AVEC LE 78	EAUBONNE
05-06/12/2026	CHAMPIONNAT EC C/J/E/S	INSEP
06/12/2026	CROSS DE L'ATHLE92	CLAMART
12-13/12/2026	CHAMPIONNAT C/J/E/S J2 AVEC LE 78	CLAMART
19/12/2026	MEETING JACK ROULET	CLAMART
10/01/2027	CHAMPIONNAT DE CROSS 92/75 BE A MASTER	BOIS DE VINCENNES
13/01/2027	CROSS EA/PO	MEUDON
16/01/2027	MEETING EN SALLE DE L'ATHLE92	CLAMART
23/01/2027	CHAMPIONNAT DE CROSS 92/75 EA/PO	VILLENEUVE LA GARENNE
27/01/2027	CROSS EA/PO	ANTONY
30/01/2027	MEETING BE/MI	CLAMART
31/01/2027	CHAPIONNAT EC BE/MI	CLAMART
03/02/2027	CROSS EA/PO	RUEIL
27-28/02/2027	CHAPIONNAT BE/MI	CLAMART
24/03/2027	J1 MERCREDI EA PO NORD	Lieu à définir
24/03/2027	J1 MERCREDI EA PO SUD	Lieu à définir
27/03/2027	J1 SAMEDI EA PO	NANTERRE

COMITE DEPARTEMENTAL DE LA SEINE SAINT-DENIS (93) (http://cda93.athle.com)		
28-29/11/2026	CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX INDIVIDUELS EN SALLE CA A SE	NOGENT-SUR-OISE
05-06/12/2026	CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX D'ÉPREUVES COMBINEES EN SALLE CA A SE (95-78-93)	EAUBONNE
05/12/2026	CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX DE 1500 M EN SALLE CA A SE (95-78-93)	EAUBONNE
05/12/2026	CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX DE TRIATHLON BE	PARIS - PANTIN
06/12/2026	CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX DE TRIATHLON MI	PARIS - PANTIN
19/12/2026	CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX D'ÉPREUVES COMBINEES EN SALLE BE-MI	PARIS - PANTIN
10/01/2027	CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX DE CROSS COURTS ET LONGS	STAINS

COMITE DEPARTEMENTAL DU VAL DE MARNE (94) (http://cda94.athle.com)		
21/11/2026	LA VAL DE MARNAISE (TRAIL DECOUVERTE DE 9,2KM)	PARC INTERDEPARTEMENTAL DE CRETEIL-CHOISY
22/11/2026	CROSS NATIONAL VAL DE MARNE-ILE DE FRANCE	PARC INTERDEPARTEMENTAL DE CRETEIL-CHOISY
05/12/2026	DEPARTEMENTAUX 1500M TC ET MARCHE TC	EAUBONNE
5-6/12/2026	DEPARTEMENTAUX EPREUVES COMBINEES EN SALLE CADETS-JUNIORS-ESPOIRS-SENIORS	INSEP
12-13/12/2026	CRITERIUM DEPARTEMENTAL LANCERS LONG	MAISONS-ALFORT
19-20/12/2026	DEPARTEMENTAUX INDIVIDUELS EN SALLE CADETS-JUNIORS-ESPOIRS-SENIORS.	EAUBONNE
10/01/2027	DEPARTEMENTAUX CROSS - PARC DU TREMBLAY	CHAMPIGNY SUR MARNE
13/01/2027	MEETING INDOOR DU VAL DE MARNE	INSEP
16/01/2027	DEPARTEMENTAUX EPREUVES COMBINEES MINIMES EN SALLE	PANTIN
03/02/2027	MEETING INDOOR DU VAL DE MARNE	INSEP

COMITE DEPARTEMENTAL DU VAL D'OISE (95) (http://cdavo.athle.org)		
04/12/2026	1e SOIREE CDAVO	ATHLETICA
05/12/2026	CHPTS 1500M – MARCHE	ATHLETICA
5-6/12/2026	CHPTS EPREUVES COMBINEES	ATHLETICA
19-20/12/2026	CHPTS DEPARTEMENTAUX INDIVIDUELS	ATHLETICA
03/01/2027	MEETING EFCVO	ATHLETICA
15/01/2027	2e SOIREE CDAVO	ATHLETICA
16/01/2027	MEETING EACPA	ATHLETICA
29/01/2027	3e SOIREE CDAVO	ATHLETICA
13-14/02/2027	TEMPO RUN LEAGUE EACPA INDOOR	ATHLETICA

BARÈME HOMMES

Epreuves	Cat.	IA	IB	N1	N2	N3	N4	IR1	IR2	IR3	IR4	R1	R2	R3	R4	R5	R6	D1	D2	D3	D4	D5	D6	D7
		40 pt	35 pt	30 pt	28 pt	26 pt	24 pt	21 pt	20 pt	19 pt	18 pt	15 pt	14 pt	13 pt	12 pt	11 pt	10 pt	8 pt	7 pt	6 pt	5 pt	4 pt	3 pt	2 pt
*50m	CJESV	5''66	5''76	5''84	5''94	6''04	6''14	6''24	6''30	6''37	6''44	6''50	6''60	6''68	6''76	6''84	6''94	7''04	7''14	7''24	7''34	7''44	7''54	7''64
*60m	CJESV	6''56	6''66	6''74	6''84	6''94	7''14	7''24	7''34	7''44	7''54	7''64	7''74	7''84	7''94	8''04	8''14	8''24	8''34	8''44	8''54	8''64	8''84	9''04
100m	CJESV	10''10	10''20	10''34	10''64	10''84	10''94	11''14	11''34	11''44	11''54	11''74	11''94	12''14	12''24	12''34	12''44	12''54	12''74	12''94	13''14	13''44	13''74	14''14
200m	CJESV	20''44	20''64	20''94	21''44	21''84	22''24	22''54	22''84	23''14	23''44	23''74	24''14	24''54	24''84	25''14	25''44	25''74	26''14	26''54	26''94	27''44	28''24	29''04
400m	CJESV	45''24	45''84	46''64	47''64	48''64	49''64	50''44	51''44	52''44	53''44	54''44	55''44	56''44	57''44	58''44	59''44	60''44	61''44	62''44	63''44	64''44	65''44	66''44
800m	CJESV	1'45''54	1'46''54	1'48''00	1'50''00	1'52''00	1'54''00	1'57''00	1'59''00	2'01''00	2'03''00	2'05''00	2'07''00	2'09''00	2'11''00	2'14''00	2'17''00	2'20''00	2'22''00	2'24''00	2'27''00	2'30''00	2'33''00	2'36''00
1 000m	CJESV	2'16''00	2'17''50	2'19''00	2'21''50	2'24''00	2'26''50	2'30''00	2'32''50	2'35''00	2'38''00	2'41''00	2'44''00	2'47''00	2'50''00	2'53''00	2'57''00	3'01''00	3'04''00	3'08''00	3'12''00	3'16''00	3'20''00	3'25''00
1 500m	CJESV	3'34''00	3'37''00	3'42''00	3'46''00	3'50''00	3'54''00	3'59''00	4'04''00	4'09''00	4'14''00	4'19''00	4'24''00	4'29''00	4'34''00	4'39''00	4'44''00	4'49''00	4'54''00	4'59''00	5'04''00	5'12''00	5'20''00	5'28''00
3 000m	CJESV	7'44''00	7'50''00	8'00''00	8'10''00	8'20''00	8'30''00	8'40''00	8'50''00	9'00''00	9'10''00	9'20''00	9'30''00	9'40''00	9'50''00	10'00''00	10'10''00	10'20''00	10'30''00	10'40''00	11'00''00	11'15''00	11'30''00	11'45''00
5 000m	JESV	13'10''00	13'25''00	13'45''00	14'00''00	14'20''00	14'40''00	15'00''00	15'20''00	15'40''00	16'00''00	16'20''00	16'40''00	17'00''00	17'20''00	17'40''00	18'00''00	18'20''00	18'40''00	19'10''00	19'40''00	20'10''00	21'00''00	22'00''00
10 000m -10km	CJESV	27'50	28'15	29'00	29'45	30'30	31'15	32'00	32'45	33'30	34'15	35'00	35'45	36'30	37'15	38'00	38'45	39'30	40'30	41'30	43'00	45'00	47'00	50'00
15km	CJESV	43'30	44'00	44'30	45'40	46'50	48'00	49'10	50'20	51'30	52'40	53'50	55	56'10	57'20	58'30	59'45	1h01'00	1h03'00	1h05'00	1h07'00	1h11'00	1h14'00	1h18'00
20 000m -20km	JESV	58'30	59'15	1h01'00	1h02'15	1h03'30	1h05'00	1h07'00	1h08'30	1h10'00	1h11'30	1h13'00	1h14'30	1h16'00	1h18'00	1h19'30	1h22'30	1h25'30	1h29'00	1h32'00	1h36'00	1h40'00	1h45'00	1h50'00
Semi-Marathon	JESV	1h01'30	1h02'15	1h04'00	1h05'30	1h07'00	1h08'30	1h10'30	1h12'30	1h14'00	1h15'30	1h17'30	1h19'00	1h20'30	1h22'30	1h24'00	1h27'00	1h30'00	1h34'00	1h37'00	1h41'00	1h45'00	1h50'00	1h55'00
Marathon	ESV	2h10'00	2h12'30	2h15'00	2h20'00	2h24'00	2h28'00	2h32'00	2h36'00	2h40'00	2h44'00	2h48	2h53	2h58	3h03	3h08	3h14	3h20	3h26	3h34	3h42	3h50	4h00	4h10
100km	ESV	6h35	6h53	7h10	7h25	7h40	7h55	8h10	8h25	8h40	8h50	9h00	9h10	9h20	9h30	9h40	9h50	10h00	10h20	10h40	11h00	11h20	11h40	12h00
Heure	JESV	20550m	20300m	20000m	19600m	19200m	18800m	18400m	18000m	17600m	17200m	16800m	16400m	16000m	15700m	15400m	15100m	14800m	14400m	14000m	13500m	13000m	12500m	12000m
24 Heures route	ESV	250km	240km	230km	225km	220km	215km	210km	205km	200km	195km	190km	185km	180km	175km	170km	165km	160km	155km	150km	140km	130km	120km	110km
*50m H 0.91m	C			6''54	6''74	6''94	7''14	7''34	7''54	7''74	7''94	8''14	8''34	8''44	8''54	8''64	8''74	8''84	8''94	9''04	9''14	9''24	9''34	9''44
*50m H 0.99m	JV		6''54	6''64	6''84	7''04	7''24	7''44	7''64	7''84	8''04	8''24	8''44	8''54	8''64	8''74	8''84	8''94	9''04	9''14	9''24	9''34	9''44	9''54
*50m H 1.06m	CJESV	6''43	6''62	6''74	6''94	7''14	7''34	7''54	7''74	8''04	8''24	8''44	8''64	8''74	8''84	8''94	9''04	9''14	9''24	9''34	9''44	9''54	9''64	9''84
*60m H 0.91m	C			7''64	7''84	7''94	8''14	8''34	8''54	8''74	8''94	9''14	9''44	9''64	9''84	9''94	10''04	10''14	10''34	10''54	10''64	10''74	10''84	10''94
*60m H 0.99m	JV		7''64	7''84	8''04	8''14	8''34	8''54	8''74	8''94	9''14	9''44	9''64	9''84	9''94	10''04	10''14	10''34	10''54	10''64	10''74	10''84	10''94	11''14
*60m H 1.06m	CJESV	7''57	7''76	7''94	8''14	8''34	8''54	8''74	8''94	9''14	9''44	9''64	9''84	9''94	10''04	10''14	10''34	10''54	10''64	10''74	10''84	10''94	11''14	11''34
110m H 0.91m	C			13''34	13''64	13''94	14''34	14''94	15''24	15''54	15''84	16''14	16''54	16''94	17''34	17''64	17''94	18''24	18''54	19''04	19''54	20''04	20''54	21''04
110m H 0.99m	JV		13''44	13''64	13''94	14''34	14''74	15''14	15''54	15''84	16''14	16''54	16''94	17''34	17''64	17''94	18''24	18''54	19''04	19''54	20''04	20''54	21''04	21''54
110m H 1.06m	CJESV	13''44	13''64	13''84	14''24	14''74	15''14	15''54	15''84	16''14	16''54	16''94	17''34	17''64	17''94	18''24	18''54	19''04	19''54	20''04	20''54	21''04	21''54	22''04
320m H	C			39''24	40''04	40''84	41''44	42''04	42''64	43''24	44''24	45''24	46''24	47''24	48''24	49''24	50''24	51''24	52''24	53''24	54''24	55''24	56''24	57''24
400m H	CJESV	49''44	50''14	51''24	52''74	54''04	55''24	56''24	57''24	58''24	59''24	60''24	61''44	62''64	63''84	65''04	66''24	67''24	68''24	69''24	70''24	71''24	72''24	74''24
2 000m Steeple	C			5'40''00	5'50''00	6'00''00	6'10''00	6'16''00	6'22''00	6'28''00	6'35''00	6'42''00	6'50''00	7'00''00	7'10''00	7'20''00	7'30''00	7'40''00	7'50''00	8'00''00	8'10''00	8'20''00	8'30''00	8'40''00
3 000m Steeple	JESV	8'20''00	8'30''00	8'45''00	9'00''00	9'15''00	9'30''00	9'40''00	9'50''00	10'00''00	10'10''00	10'20''00	10'35''00	10'50''00	11'05''00	11'20''00	11'30''00	11'40''00	11'50''00	12'00''00	12'20''00	12'35''00	12'50''00	13'05''00
Hauteur	CJESV	2m28	2m23	2m16	2m10	2m06	2m01	1m95	1m92	1m89	1m85	1m81	1m78	1m75	1m72	1m68	1m64	1m60	1m55	1m50	1m45	1m40	1m35	1m30
Perche	CJESV	5m65	5m50	5m40	5m20	5m00	4m80	4m60	4m40	4m30	4m20	4m00	3m80	3m60	3m50	3m40	3m30	3m20	3m00	2m80	2m60	2m40	2m20	2m00
Longueur	CJESV	8m15	8m00	7m75	7m40	7m20	7m00	6m80	6m60	6m40	6m30	6m20	6m10	6m00	5m85	5m65	5m50	5m35	5m20	5m00	4m80	4m60	4m30	4m00
Triple Saut	CJESV	17m10	16m80	16m50	15m75	15m00	14m50	14m10	13m80	13m50	13m20	12m90	12m60	12m30	12m00	11m70	11m40	11m10	10m80	10m50	10m20	9m90	9m60	9m20
Poids 5kg	C		19m50	19m00	18m00	17m00	16m40	15m80	15m40	15m00	14m50	14m00	13m50	13m00	12m40	11m80	11m20	10m60	10m00	9m40	8m80	8m20	7m60	7m00
Poids 6kg	CJ		19m50	18m00	17m00	16m00	15m40	14m80	14m40	14m00	13m50	13m00	12m50	12m00	11m40	10m80	10m20	9m60	9m10	8m60	8m10	7m60	7m10	6m60
Poids 7kg	CJESV	20m20	19m20	17m00	16m00	15m00	14m40	13m80	13m40	13m00	12m50	12m00	11m50	11m00	10m40	9m80	9m20	8m60	8m20	7m80	7m40	7m00	6m60	6m20
Disque 1.5kg	C		63m00	59m00	56m00	53m00	50m00	47m00	45m00	43m00	42m00	40m00	39m00	38m00	37m00	35m00	33m00	31m00	29m00	27m00	25m00	23m00	21m00	19m00
Disque 1.75kg	CJ		62m00	57m00	54m00	51m00	48m00	45m00	43m00	41m00	40m00	38m00	37m00	36m00	35m00	33m00	31m00	29m00	27m00	25m00	23m00	21m00	19m00	17m00
Disque 2kg	CJESV	64m00	61m00	55m00	52m00	49m00	46m00	43m00	41m00	39m00	38m00	36m00	35m00	34m00	33m00	31m00	29m00	27m00	25m00	23m00	21m00	19m00	17m00	15m00
Marteau 5kg	C		75m00	73m00	71m00	68m00	66m00	61m00	59m00	57m00	54m00	52m00	50m00	48m00	46m00	44m00	41m00	38m00	36m00	34m00	32m00	30m00	25m00	22m00
Marteau 6kg	CJ		75m00	71m00	66m00	63m00	61m00	56m00	54m00	52m00	50m00	47m00	45m00	43m00	41m00	39m00	37m00	34m00	32m00	30m00	28m00	26m00	23m00	20m00
Marteau 7kg	CJESV	77m00	74m00	66m00	61m00	58m00	56m00	51m00	49m00	47m00	45m00	43m00	41m00	39m00	37m00	35m00	33m00	31m00	29m00	27m00	25m00	23m00	21m00	18m00
Javelot 700g	C		75m00	73m00	71m00	68m00	64m00	60m00	57m00	54m00	52m00	50m00	48m00	46m00	44m00	42m00	40m00	38m00	36m00	34m00	32m00	29m00	26m00	22m00
Javelot 800g	CJESV	81m00	77m00	71m00	68m00	64m00	61m00	57m00	54m00	51m00	49m00	47m00	45m00	43m00	41m00	39m00	37m00	35m00	33m00	31m00	29m00	26m00	23m00	20m00
*Pentathlon	C			4000 pt	3800 pt	3600 pt	3450 pt	3300 pt	3200 pt	3100 pt	3000 pt	2900 pt	2800 pt	2700 pt	2600 pt	2500 pt	2350 pt	2200 pt	2100 pt	2000 pt	1850 pt	1700 pt	1500 pt	1300 pt
*Pentathlon	JV			3900 pt	3700 pt	3500 pt	3350 pt	3200 pt	3100 pt	3000 pt	2900 pt	2800 pt	2700 pt	2600 pt	2500 pt	2400 pt	2250 pt	2100 pt	2000 pt	1900 pt	1750 pt	1600 pt	1400 pt	1200 pt
*Pentathlon	CJESV	4260 pt	4050 pt	3800 pt	3600 pt	3400 pt	3250 pt	3100 pt	3000 pt	2900 pt	2800 pt	2700 pt	2600 pt	2500 pt	2400 pt	2300 pt	2150 pt	2000 pt	1900 pt	1800 pt	1650 pt	1500 pt	1300 pt	1100 pt
Heptathlon	C			5500 pt	5300 pt	5000 pt	4800 pt	4600 pt	4400 pt	4250 pt	4150 pt	4000 pt	3850 pt	3700 pt	3550 pt	3400 pt	3250 pt	3100 pt	2950 pt	2800 pt	2600 pt	2400 pt	2200 pt	1900 pt
Epreuves	**Cat.**	**IA**	**IB**	**N1**	**N2**	**N3**	**N4**	**IR1**	**IR2**	**IR3**	**IR4**	**R1**	**R2**	**R3**	**R4**	**R5**	**R6**	**D1**	**D2**	**D3**	**D4**	**D5**	**D6**	**D7**
Heptathlon	JV			5400 pt	5200 pt	4900 pt	4700 pt	4500 pt	4300 pt	4150 pt	4050 pt	3900 pt	3750 pt	3600 pt	3450 pt	3300 pt	3150 pt	3000 pt	2850 pt	2700 pt	2500 pt	2300 pt	2100 pt	1800 pt
Heptathlon	CJESV	6080 pt	5770 pt	5300 pt	5100 pt	4800 pt	4600 pt	4400 pt	4200 pt	4050 pt	3950 pt	3800 pt	3650 pt	3500 pt	3350 pt	3200 pt	3050 pt	2900 pt	2750 pt	2600 pt	2400 pt	2200 pt	2000 pt	1700 pt
Décathlon	C			7800 pt	7400 pt	7000 pt	6700 pt	6400 pt	6200 pt	6000 pt	5800 pt	5600 pt	5400 pt	5200 pt	5000 pt	4800 pt	4600 pt	4400 pt	4200 pt	4000 pt	3700 pt	3400 pt	3000 pt	2600 pt
Décathlon	JV			7600 pt	7200 pt	6800 pt	6500 pt	6200 pt	6000 pt	5800 pt	5600 pt	5400 pt	5200 pt	5000 pt	4800 pt	4600 pt	4400 pt	4200 pt	4000 pt	3800 pt	3500 pt	3200 pt	2800 pt	2400 pt
Décathlon	CJESV	7900 pt	7700 pt	7400 pt	7000 pt	6600 pt	6300 pt	6000 pt	5800 pt	5600 pt	5400 pt	5200 pt	5000 pt	4800 pt	4600 pt	4400 pt	4200 pt	4000 pt	3800 pt	3600 pt	3300 pt	3000 pt	2600 pt	2200 pt
3 000m marche	C			12'00''00	12'30''00	13'00''00	13'40''00	14'20''00	14'30''00	14'40''00	15'00''00	15'20''00	15'40''00	16'00''00	16'20''00	16'40''00	17'10''00	17'40''00	18'10''00	18'40''00	19'30''00	20'00''00	20'30''00	21'00''00
5 000m marche	CJESV	18'50''00	19'30''00	20'20''00	21'30''00	22'30''00	23'00''00	23'30''00	24'10''00	24'50''00	25'20''00	26'00''00	26'30''00	27'00''00	27'30''00	28'00''00	29'00''00	30'00''00	31'00''00	32'00''00	33'00''00	34'00''00	35'00''00	36'00''00
30mn Marche	C			7250m	7000m	6700m	6400m	6100m	6000m	5900m	5800m	5700m	5600m	5500m	5400m	5300m	5m2	5000m	4900m	4800m	4700m	4600m	4400m	4200m
10 000m-10km Marche	JESV	40'00	42'00	44'00	46'00	48'00	49'00	50'00	51'00	52'00	53'00	54'00	55'00	56'00	57'30	59'00	1h01'00	1h02'00	1h04'00	1h06'00	1h08'00	1h10'00	1h12'00	1h14'00
Heure Marche	JESV	15300m	14900m	13600m	13000m	12400m	12200m	12100m	11700m	11500m	11300m	11100m	10900m	10700m	10400m	10100m	9800m	9600m	9300m	9000m	8800m	8500m	8300m	8100m

20 000m-20km Marche	JESV	1h22'30	1h24'30	1h28'00	1h35'00	1h38'00	1h40'00	1h42'00	1h44'00	1h46'00	1h48'00	1h50'00	1h52'00	1h54'00	1h57'00	2h00'00	2h03'00	2h06'00	2h10'00	2h14'00	2h18'00	2h22'00	2h26'00	2h30'00
50km Marche	ESV	3h51'00	4h02'00	4h12'00	4h22'00	4h32'00	4h42'00	4h52'00	5h00'00	5h07'00	5h14'00	5h21'00	5h28'00	5h35'00	5h42'00	5h49'00	5h55'00	6h00'00	6h05'00	6h10'00	6h15'00	6h20'00	6h25'00	6h30'00
100km Marche	JESV			9h45	10h00	10h10	10h20	10h30	10h40	10h50	11h00	11h10	11h20	11h30	11h35	11h40	11h45	11h50	12h10	12h30	12h50	13h10	13h30	14h00
Gd. Fond Marche	ESV			200km	197km	194km	192km	190km	187km	185km	182km	180km	178km	175km	173km	170km	168km	166km	163km	161km	158km	154km	149km	144km

BARÈME FEMMES

Epreuves	Cat.	IA	IB	N1	N2	N3	N4	IR1	IR2	IR3	IR4	R1	R2	R3	R4	R5	R6	D1	D2	D3	D4	D5	D6	D7
		40 pt	35 pt	30 pt	28 pt	26 pt	24 pt	21 pt	20 pt	19 pt	18 pt	15 pt	14 pt	13 pt	12 pt	11 pt	10 pt	8 pt	7 pt	6 pt	5 pt	4 pt	3 pt	2 pt
*50m	CJESV	6''24	6''34	6''54	6''64	6''74	6''84	6''94	7''02	7''08	7''14	7''24	7''34	7''44	7''54	7''64	7''74	7''84	7''94	8''04	8''14	8''24	8''34	8''44
*60m	CJESV	7''24	7''34	7''44	7''64	7''84	7''94	8''04	8''14	8''24	8''34	8''44	8''64	8''74	8''94	9''04	9''14	9''24	9''34	9''44	9''64	9''74	9''94	10''14
100m	CJESV	11''14	11''34	11''54	11''84	12''04	12''24	12''44	12''64	12''84	13''04	13''24	13''44	13''64	13''84	14''04	14''24	14''54	14''94	15''34	15''74	16''14	16''54	16''94
200m	CJESV	22''74	23''14	23''74	24''24	24''74	25''24	25''74	26''24	26''74	27''24	27''74	28''24	28''74	29''24	29''74	30''34	30''94	31''54	32''14	32''74	33''24	33''74	34''24
400m	CJESV	51''24	52''04	53''44	54''74	56''04	57''64	59''14	60''74	61''74	62''74	64''04	65''34	66''64	67''94	69''24	70''54	71''84	73''14	74''44	75''54	76''84	78''24	80''54
800m	CJESV	1'59''84	2'01''84	2'06''00	2'10''00	2'13''00	2'17''00	2'20''00	2'22''50	2'25''00	2'28''00	2'31''00	2'34''00	2'37''00	2'40''00	2'44''00	2'46''00	2'48''00	2'50''00	2'53''00	2'56''00	2'59''00	3'03''00	3'08''00
1 000m	CJESV	2'35''70	2'38''50	2'42''00	2'46''00	2'50''00	2'54''00	2'58''00	3'01''00	3'04''00	3'08''00	3'12''00	3'16''00	3'19''00	3'23''00	3'29''00	3'32''00	3'35''00	3'38''00	3'42''00	3'46''00	3'50''00	3'55''00	4'02''00
1 500m	CJESV	4'06''00	4'11''00	4'21''00	4'28''00	4'35''00	4'41''00	4'47''00	4'55''00	5'00''00	5'05''00	5'10''00	5'15''00	5'20''00	5'25''00	5'30''00	5'40''00	5'50''00	6'00''00	6'10''00	6'20''00	6'30''00	6'40''00	6'50''00
3 000m	CJESV	8'53''00	9'05''00	9'20''00	9'35''00	9'50''00	10'05''00	10'20''00	10'40''00	10'50''00	11'00''00	11'10''00	11'20''00	11'30''00	11'45''00	12'00''00	12'15''00	12'30''00	12'45''00	13'00''00	13'20''00	13'40''00	14'10''00	14'40''00
5 000m	JESV	15'10''00	15'30''00	16'30''00	17'00''00	17'20''00	17'40''00	18'00''00	18'20''00	18'40''00	19'00''00	19'20''00	19'40''00	20'00''00	20'20''00	20'40''00	21'00''00	21'30''00	22'00''00	22'45''00	23'30''00	24'00''00	25'00''00	26'00''00
10 000m -10km	CJESV	31'40	32'40	34'00	35'00	36'00	37'00	38'00	39'00	40'00	41'00	42'00	43'00	44'00	45'00	46'00	47'00	48'00	49'00	50'00	52'00	54'00	56'00	1h00'00
15km	CJESV	50'00	50'45	52'30	54'00	55'30	57'00	58'30	1h00'00	1h01'30	1h03'00	1h04'30	1h06'00	1h07'30	1h09'00	1h10'30	1h12'00	1h14'00	1h15'30	1h17'00	1h18'30	1h20'00	1h23'00	1h26'00
20 000m - 20km	JESV	1h06'40	1h08'25	1h11'00	1h13'30	1h16'00	1h18'00	1h20'30	1h22'30	1h24'00	1h26'30	1h28'00	1h30'30	1h32'30	1h34'00	1h35'30	1h37'30	1h40'00	1h42'30	1h45'00	1h50'00	1h55'00	2h00'00	2h05'00
Semi-Marathon	JESV	1h10'00	1h12'00	1h14'30	1h17'00	1h19'30	1h22'00	1h24'30	1h26'30	1h28'30	1h30'30	1h32'30	1h34'30	1h36'30	1h38'30	1h40'30	1h42'30	1h45'00	1h47'30	1h50'00	1h55'00	2h00'00	2h05'00	2h10'00
Marathon	ESV	2h29'00	2h32'00	2h40'00	2h48'00	2h56'00	3h04'00	3h12'00	3h18'00	3h24'00	3h32'00	3h38'00	3h44'00	3h50'00	3h56'00	4h02'00	4h08'00	4h14'00	4h20'00	4h26'00	4h32'00	4h40'00	4h50'00	5h00'00
100km	ESV	8h05	8h25	8h45	9h00	9h15	9h30	9h45	10h00	10h15	10h30	10h45	11h00	11h15	11h30	11h45	12h00	12h15	12h40	13h05	13h30	13h55	14h20	15h00
Heure	JESV	18100m	17600m	17000m	16500m	16000m	15500	15000m	14600m	14300m	14000m	13700m	13400m	13100m	12800m	12500m	12200m	11900m	11600m	11300m	11000m	10700m	10400m	10000m
24 Heures route	ESV	220km	210km	205km	200km	195km	190km	185km	180km	175km	170km	165km	160km	155km	150km	145km	140km	135km	130km	125km	120km	110km	100km	90km
*50m H 0.76m	C			7''34	7''54	7''74	7''84	8''04	8''24	8''44	8''64	8''84	9''04	9''24	9''34	9''44	9''54	9''64	9''74	9''84	9''94	10''04	10''14	10''24
*50m H 0.84m	CJESV	6''88	7''11	7''44	7''64	7''84	8''04	8''24	8''44	8''64	8''84	9''04	9''24	9''44	9''54	9''64	9''74	9''84	9''94	10''04	10''14	10''24	10''34	10''44
*60m H 0.76m	C			8''44	8''64	8''84	9''04	9''24	9''44	9''64	9''84	10''14	10''34	10''54	10''64	10''74	10''94	11''14	11''24	11''34	11''44	11''54	11''64	11''74
*60m H 0.84m	CJESV	7''99	8''22	8''54	8''74	8''94	9''24	9''44	9''64	9''84	10''04	10''34	10''54	10''74	10''84	10''94	11''14	11''34	11''44	11''54	11''64	11''74	11''84	11''94
Epreuves	**Cat.**	**IA**	**IB**	**N1**	**N2**	**N3**	**N4**	**IR1**	**IR2**	**IR3**	**IR4**	**R1**	**R2**	**R3**	**R4**	**R5**	**R6**	**D1**	**D2**	**D3**	**D4**	**D5**	**D6**	**D7**
100m H 0.76m	C			13''34	13''74	14''14	14''54	14''94	15''34	15''74	16''14	16''54	16''94	17''34	17''74	18''04	18''34	18''64	18''94	19''24	19''54	19''84	20''14	20''44
100m H 0.84m	CJESV	12''84	13''24	13''64	14''04	14''44	14''84	15''24	15''64	16''04	16''44	16''84	17''24	17''66	18''04	18''34	18''64	18''94	19''24	19''54	19''84	20''14	20''44	20''84
320m H	C			43''84	45''24	47''24	49''24	50''24	51''24	52''24	53''24	54''24	55''24	56''24	57''24	58''24	59''24	60''24	61''24	62''24	63''24	64''24	65''24	66''24
400m H	CJESV	55''84	56''84	59''04	61''44	63''44	65''44	67''04	68''74	70''24	71''24	72''24	73''24	74''24	75''24	76''24	77''24	78''24	79''24	81''24	83''24	85''24	87''24	89''24
1 500m Steeple	C			4'45''00	4'55''00	5'05''00	5'15''00	5'20''00	5'30''00	5'36''00	5'44''00	5'50''00	5'56''00	6'02''00	6'10''00	6'18''00	6'28''00	6'38''00	6'48''00	7'00''00	7'10''00	7'20''00	7'30''00	7'40''00
2 000m Steeple	J		6'15''00	6'30''00	6'45''00	6'55''00	7'05''00	7'15''00	7'25''00	7'35''00	7'45''00	7'55''00	8'05''00	8'15''00	8'25''00	8'35''00	8'45''00	8'55''00	9'05''00	9'15''00	9'25''00	9'35''00	9'45''00	9'55''00
3 000m Steeple	JESV	9'30''00	9'40''00	10'00''00	10'20''00	10'40''00	10'50''00	11'00''00	11'15''00	11'30''00	11'45''00	12'00''00	12'15''00	12'30''00	12'45''00	13'00''00	13'15''00	13'30''00	13'45''00	14'00''00	14'30''00	15'00''00	15'30''00	16'00''00
Hauteur	CJESV	1m92	1m86	1m80	1m76	1m72	1m68	1m63	1m60	1m57	1m54	1m50	1m47	1m45	1m42	1m40	1m38	1m35	1m32	1m28	1m24	1m20	1m15	1m10
Perche	CJESV	4m50	4m30	4m20	3m90	3m60	3m40	3m20	3m10	3m00	2m90	2m80	2m70	2m60	2m50	2m40	2m30	2m20	2m10	2m00	1m90	1m80	1m70	1m60
Longueur	CJESV	6m70	6m50	6m30	6m00	5m80	5m60	5m45	5m30	5m20	5m10	5m00	4m90	4m80	4m70	4m60	4m45	4m30	4m15	4m00	3m80	3m60	3m40	3m20
Triple Saut	CJESV	14m30	14m00	13m20	12m60	12m00	11m50	11m20	11m00	10m80	10m60	10m40	10m20	10m00	9m80	9m60	9m40	9m10	8m80	8m60	8m30	8m00	7m70	7m40
Poids 3kg	C		17m00	16m50	15m50	14m50	13m50	13m00	12m70	12m20	11m80	11m40	11m00	10m50	10m10	9m70	9m20	8m60	8m20	7m70	7m30	6m80	6m20	5m60
Poids 4kg	CJESV	18m00	17m00	15m00	14m00	13m00	12m00	11m50	11m20	10m80	10m40	10m00	9m60	9m20	8m80	8m40	8m00	7m60	7m20	6m80	6m40	6m00	5m60	5m20
Disque 0.8kg	C		56m00	54m00	51m00	48m00	45m00	42m00	40m00	39m00	38m00	36m00	34m50	33m00	31m50	30m00	29m00	27m00	26m00	25m00	24m00	22m00	20m00	17m00
Disque 1kg	CJESV	60m00	57m00	50m00	46m00	43m00	41m00	38m00	36m00	35m00	34m00	32m00	30m00	29m00	28m00	27m00	26m00	25m00	23m00	21m00	19m00	17m00	15m00	13m00
Marteau 3kg	C		64m00	60m00	58m00	56m00	54m00	52m00	50m00	48m00	46m00	44m00	42m00	40m00	38m00	36m00	35m00	31m00	29m00	26m00	24m00	22m00	20m00	17m00
Marteau 4kg	CJESV	70m00	67m00	60m00	56m00	53m00	50m00	47m00	45m00	43m00	41m00	39m00	37m00	35m00	33m00	31m00	29m00	27m00	25m00	23m00	21m00	19m00	17m00	14m00
Javelot 600g	CJESV	59m00	56m00	50m00	46m00	43m00	40m00	38m00	36m00	35m00	34m00	32m00	30m00	29m00	28m00	27m00	26m00	25m00	23m00	21m00	19m00	17m00	15m00	12m00
*Tétrathlon	CJESV			3300 pt	3100 pt	2900 pt	2700 pt	2500 pt	2350 pt	2200 pt	2100 pt	2000 pt	1900 pt	1800 pt	1700 pt	1600 pt	1500 pt	1400 pt	1300 pt	1200 pt	1100 pt	1000 pt	900 pt	800 pt
*Pentathlon	C			3950 pt	3650 pt	3400 pt	3150 pt	3000 pt	2850 pt	2750 pt	2650 pt	2550 pt	2400 pt	2250 pt	2100 pt	1950 pt	1850 pt	1750 pt	1650 pt	1550 pt	1450 pt	1350 pt	1250 pt	1150 pt
*Pentathlon	CJESV	4500 pt	4300 pt	3800 pt	3500 pt	3250 pt	3000 pt	2850 pt	2700 pt	2600 pt	2500 pt	2400 pt	2250 pt	2100 pt	1950 pt	1800 pt	1700 pt	1600 pt	1500 pt	1400 pt	1300 pt	1200 pt	1100 pt	1000 pt
Heptathlon	C			5550 pt	5150 pt	4850 pt	4550 pt	4250 pt	3950 pt	3750 pt	3550 pt	3350 pt	3150 pt	2950 pt	2750 pt	2550 pt	2350 pt	2250 pt	2150 pt	2050 pt	1950 pt	1850 pt	1750 pt	1650 pt
Heptathlon	JESV	6200 pt	5900 pt	5400 pt	5000 pt	4700 pt	4400 pt	4100 pt	3800 pt	3600 pt	3400 pt	3200 pt	3000 pt	2800 pt	2600 pt	2400 pt	2200 pt	2100 pt	2000 pt	1900 pt	1800 pt	1700 pt	1600 pt	1500 pt
Décathlon	JESV	8200 pt	7700 pt	7000 pt	6500 pt	6000 pt	5500 pt	5100 pt	4800 pt	4500 pt	4250 pt	4000 pt	3750 pt	3500 pt	3250 pt	3000 pt	2850 pt	2700 pt	2550 pt	2400 pt	2250 pt	2100 pt	1950 pt	1800 pt
3 000m marche	CJESV	12'18''00	12'45''00	14'20''00	14'50''00	15'10''00	15'40''00	16'00''00	16'30''00	17'00''00	17'20''	17'40''00	18'00''00	18'20''00	18'40''00	19'00''00	19'30''00	20'00''00	20'30''00	21'00''00	22'00''00	23'00''00	24'00''00	25'00''00
5 000m marche	CJESV	21'15''00	22'30''00	24'20''00	25'00''00	26'00''00	26'45''00	27'30''00	28'15''00	29'00''00	29'30''	30'00''00	31'00''00	31'45''00	32'30''00	33'15''00	34'00''00	34'45''00	35'30''00	36'15''00	37'00''00	37'45''00	38'45''00	39'45''00
30mn Marche	C			6100m	6000m	5750m	5600m	5450m	5300m	5150m	5050m	5000m	4850m	4750m	4650m	4500m	4400m	4300m	4200m	4100m	4050m	3950m	3850m	3750m
10 000m-10km Marche	JESV	45'00	47'00	51'00	52'30	54'00	56'00	58'00	1h00'00	1h01'00	1h02'30	1h04'00	1h05'30	1h07'00	1h08'30	1h09'00	1h10'00	1h11'00	1h12'00	1h13'00	1h14'00	1h15'00	1h16'00	1h18'00
45mn Marche	J			8800m	8600m	8400m	8200m	7800m	7600m	7400	7250m	7100m	6950m	6800m	6650m	6550m	6400m	6300m	6250m	6200m	6100m	6000m	5800m	5600m
Heure Marche	JESV			11700m	11400m	11100m	10700m	10300m	10000m	9800m	9600m	9400m	9150m	9000m	8800m	8700m	8500m	8400m	8300m	8200m	8100m	8000m	7900m	7700m

20 000m-20km Marche	JESV	1h32'00	1h36'30	1h46'00	1h48'00	1h50'00	1h55'00	2h00'00	2h02'00	2h04'00	2h06'00	2h08'00	2h10'00	2h13'00	2h16'00	2h19'00	2h22'00	2h25'00	2h27'00	2h29'00	2h31'00	2h33'00	2h35'00	2h38'00
Gd. Fond Marche	ESV			180km	146km	146km	146km	146km	146km	146km	146km	146km	146km	146km	144km	141km600	139km200	137km	134km	132km	130km	127km	125km	120km

*épreuves en salle

Barème Minimes		
	MINIMES GARCONS Triathlon	**MINIMES FILLES Triathlon**
IR1 - 21 pt	115 pts	115 pts
IR2 - 20 pt	110 pts	110 pts
IR3 - 19 pt	100 pts	100 pts
IR4 - 18 pt	95 pts	95 pts
R1 - 15 pt	90 pts	90 pts
R2 - 14 pt	85 pts	85 pts
R3 - 13 pt	80 pts	80 pts
R4 - 12 pt	70 pts	70 pts
R5 - 11 pt	65 pts	65 pts
R6 - 10 pt	60 pts	60 pts
D1 - 8 pt	50 pts	50 pts
D2 - 7 pt	45 pts	45 pts
D3 - 6 pt	40 pts	40 pts
D4 - 5 pt	35 pts	35 pts
D5 - 4 pt	30 pts	30 pts
D6 - 3 pt	25 pts	25 pts
D7 - 2 pt	20 pts	20 pts

Barème Benjamin(e)s		
	BENJAMINS Triathlon	**BENJAMINES Triathlon**
R1 - 15 pt	110 pts	110 pts
R2 - 14 pt	100 pts	100 pts
R3 - 13 pt	90 pts	90 pts
R4 - 12 pt	80 pts	80 pts
R5 - 11 pt	70 pts	70 pts
R6 - 10 pt	60 pts	60 pts
D1 - 8 pt	50 pts	50 pts
D2 - 7 pt	45 pts	45 pts
D3 - 6 pt	40 pts	40 pts
D4 - 5 pt	35 pts	35 pts
D5 - 4 pt	30 pts	30 pts
D6 - 3 pt	25 pts	25 pts
D7 - 2 pt	20 pts	20 pts

QUALIFICATIONS AUX CHAMPIONNATS DE FRANCE SAISON HIVERNALE 2027

Ces informations sont communiquées à titre indicatif.
Toutes les informations concernant les championnats de France sont disponibles sur le site www.athle.fr

CHAMPIONNATS DE FRANCE HIVERNAUX 2026		Lieu
06-07/02/2027	Championnats de France d'Epreuves Combinées et de Marche Indoor	Lieu à définir
13-14/02/2027	Championnats de France U18-U20 en salle	Nantes
20-21/02/2027	Championnats de France Elite	Liévin
27-28/02/2027	Championnats de France de cross	Sarrebourg
27-28/02/2027	Championnats de France Lancers Longs Hivernaux	Lieu à définir
06-07/03/2027	Championnats de France U23 & Nationaux	Limoges

Modalités de qualification
Pour les compétitions hivernales, les qualifications aux différents championnats de France en salle se feront aux bilans. Les bilans prendront en compte les performances réalisées à compter du 1er septembre et jusqu'à la date limite fixée pour chaque championnat. Pour les Championnats de France Elite en salle, merci de consulter les modalités spécifiques sur les Règlements des Compétitions Nationales Hivernales (notamment qualification sur réalisation d'un minima).

Avant chaque période de compétition la FFA publiera une circulaire précisant pour chaque championnat les différentes dates (limite de prise en compte des bilans, date de la parution des athlètes qualifiés et date limite des engagements).

Pour les Championnats de France de cross-country, consulter les modalités de qualification en début de livret (page 11).

Modalités d'engagement
Une seule et unique liste d'athlètes qualifiables sera publiée, il est demandé aux clubs de procéder à la **confirmation d'engagement** de leurs athlètes, avant la date limite prévue par la circulaire.

La liste définitive des athlètes qualifiés sera publiée par la CSO nationale à l'issue de la période d'engagement en tenant compte du nombre prévu par les règlements

Désengagements et Pénalités Financières
Faites attention à bien respecter les dates indiquées, sinon des pénalités financières seront appliquées à votre club : 150,00€ par épreuve pour un désengagement tardif ou en cas de forfait non annoncé.

Contacts FFA :

- Compétitions Cadets, Juniors, Espoirs, Seniors piste ou en salle **:** **cso@athle.fr**
- Compétitions Benjamins, Minimes piste ou en salle & Equip'Athlé **:** **cnj@athle.fr**
- Compétions sur route et cross-country : **cncr@athle.fr**
- Compétitions de Marche piste, en salle, route et Marche Nordique : **cnm@athle.fr**
- Compétitions Masters piste, en salle, route : **cnam@athle.fr**
- Compétitions Sport en entreprise : **cnse@athle.fr**

Retrouvez toutes les informations sur les compétitions organisées par la LIFA sur le site internet :
http://lifa-athle.fr

tonton OUTDOOR.com

RUNNING • TRAIL • TRIATHLON • ATHLÉTISME • RANDONNÉE...



-15%*
SUR LES CHAUSSURES

-10%*
TEXTILE / NUTRITION / SACS & ACCESSOIRES

-5%*
ÉLECTRONIQUE



VALABLE SUR LE SITE ET EN MAGASIN
AVEC LE CODE
TTOLIFA

www.tonton-outdoor.com
VANNES | PARIS | NANTES

*Offre valable jusqu'au 31/12/2027 ; -15% sur les chaussures ; -10% sur le textile, la bagagerie, la nutrition et les accessoires ; -5% sur l'électronique
Offre non comulable avec une offre en cours : la promotion la plus forte l'emporte.



Ensemble, agissons pour un sport sans violence.

L'association Colosse aux pieds d'argile lutte contre les violences sexuelles, le bizutage et le harcèlement en milieu sportif. Elle sensibilise les jeunes et les adultes, forme les professionnels et accompagne les victimes et leur proches.

**Source : L'Entraîneur et l'enfant, Les abus sexuels dans le sport, Pierre-Emmanuel Luneau-Daurignac*

Programmez une intervention dans votre club, contactez-nous !

LIGUE D'ÎLE-DE-FRANCE
D'ATHLÉTISME

164 Rue Ordener
75018 PARIS

Les contacts de la LIFA :

Hatem BEN AYED - Chef de Projets Compétitions
01 42 55 95 51 – hatem.benayed@athleif.org

Jean-Sebastien BETRANCOURT – Chargé de mission running
01 42 55 95 52 – jean-sebastien.betrancourt@athleif.org

Inès OUEZZANI – Assistante Compétitions
01 42 55 57 30 – ines.ouezzani@athleif.org

François BOISGIBAULT – Directeur Général
01 42 55 48 68 – francois.boisgibault@athleif.org

Isabelle BOUAZIZ – Comptable
01 42 55 51 76 – isabelle.bouaziz@athleif.org

Romain SERMET-MAGDELAIN – Assistant administratif
01 42 55 95 58 – romain.sermet@athleif.org

Sarah NICOLAS – Directrice du développement et de la communication
01 42 55 95 53 – sarah.nicolas@athleif.org

Adrien MANCEAU – Agent de développement
01 42 57 20 81 – adrien.manceau@athleif.org

Satya DEMAY – Assistant communication
01 42 55 95 57 – satya.demay@athleif.org

Lahcen SALHI – Directeur Sportif
01 42 55 95 59 – lahcen.salhi@athleif.org

Yanis DESMEDT – Chargé de mission suivi sportif et haut-niveau
01 42 57 48 81 – yanis.desmedt@athleif.org

Les commissions de la LIFA

CSO – Commission Sportive des Organisations - cso@athleif.org
CRJ – Commission Régionale des Jeunes - crj@athleif.org
CRM – Commission Régionale de Marche - crmarche@athleif.org
CRAM – Commission Régionale des Athlètes Masters - cram@athleif.org
CRR – Commission Regional Running – cross@athleif.org