

Championnats d'Ile de France en salle Masters

Samedi 14 mars 2026

REGLEMENT TECHNIQUE

Au regard du nombre d'engagés au mardi 10 mars 2026, la CRAM prend les décisions suivantes :

60m : Séries par performances pour les athlètes de 35 à 59 ans. **1 finale par catégorie**

60 ans et plus : Finales directes

200m et 400m : Finales directes sur 4 couloirs. Courses par performances.

Les athlètes n'ayant pas fourni de performance d'engagement peuvent les renseigner lors de leur confirmation afin de se retrouver dans les courses de leur niveau.

60m Haies et 800m: Finales Directes. Courses par performances

RAPPEL

Non-participation aux finales : 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.

MONTÉES DE BARRE

Hauteur F.

	0,93	0,97	1,01	1,05	1,09	1,13	1,16	1,19	1,22	1,25	1,28	1,31
	1,34	1,36	1,38	1,40	1,42	1,44	1,46					

Hauteur M -

Montée de barres identiques aux filles de 0.93 à 1,46 puis toujours de 2 en 2												
	1,48	1,50	1,52	1,54	1,56	1,58	1,60	1,62	1,64	1,66	1,68	1,70

Perche TCM et TCF:

	2,13	2,23	2,33	2,43	2,53	2,63	2,73	2,83	2,93	3,03	3,13	3,23	3,33
	3,38	3,43	3,48	3,53	3,58	3,63	3,68	3,73	3,78	3,83	3,88	3,93	3,98

Règlement des concours (longueur, poids et triple saut)

6 essais pour tous les athlètes

