

LIVRET ESTIVAL 2023



Sommaire

GENERALITES

Page 3	Calendrier estival
Page 4	Modalités d'engagement
Page 6	Montées de Barres pour les qualifications aux Championnats d'Île-de-France en plein air
Page 7	Performances Planchers

EPREUVES CADETS/JUNIORS/ESPOIRS/SENIORS

Page 8	Championnats Interclubs
Page 11	Championnats d'Île-de-France de Relais
Page 12	Championnats d'Île-de-France d'Épreuves Combinées
Page 14	Championnats d'Île-de-France de demi-fond long
Page 15	Championnats d'Île-de-France Espoirs/Seniors J1&J2
Page 18	Championnats d'Île-de-France Seniors J3
Page 20	Championnats d'Île-de-France Cadets/Juniors
Page 21	Meetings Franciliens CA-JU
Page 22	Meetings Régionaux

EPREUVES ATHLE DECOUVERTE ET BENJAMINS/MINIMES

Page 23	Catégories Eveil Athlé et Poussins
Page 25	Finale LIFA Challenge Equip'Athlé Benjamin(e)s/Minimes
Page 27	Championnats d'Île-de-France d'Épreuves Combinées Be/Mi
Page 29	Championnats d'Île-de-France de Triathlon Be/Mi
Page 30	Championnats d'Île-de-France Minimes
Page 31	Meeting en salle Minimes
Page 32	Modes de qualification : Relais 800x200x200x800 - Pointes d'Or Colette Besson – Challenge National Épreuves Combinées

COMMISSIONS REGIONALES

Page 33	Commission Régionale Running
Page 35	Commission Régionale de l'Athlisme Masters
Page 38	Commission Régionale de Marche
Page 40	Calendrier des Comités Départementaux

QUALIFICATIONS CHAMPIONNATS DE FRANCE

Page 42	Barème de classement
Page 46	Qualifications aux Championnats de France

L'EDITO DU PRESIDENT

ETE 2023 : DU CHAUD ET DU FROID ?

Nous sommes dans une préparation de saison estivale pleine de contraste.

En premier lieu, des difficultés pour trouver toutes nos implantations car il semble que nombre de nos stades soient indisponibles ou que nombre de clubs n'aient la capacité de nous recevoir. Ensuite des règles de compétition (qualification) qui sont dans des changements continuels et où il est difficile de s'y retrouver.

Il convient donc de remercier sincèrement l'équipe de la CSO pour essayer d'être au mieux pour nos athlètes.

Les déplacements hors-ligue seront lointains aussi bien pour les Interclubs que pour les individuels. Nous allons néanmoins avoir l'honneur d'organiser le 3^{ème} « OPEN DE FRANCE » et le 1^{er} décathlon féminin les 22 et 23 juillet sur le stade Robert Bobin de Bondoufle, entièrement rénové.

Merci aux clubs qui vont organiser de beaux meetings et souhaitons de belles performances à ces occasions.

Enfin, notre ligue et ses juges seront la pierre angulaire dans l'organisation des Championnats du Monde Para Athlétisme de juillet à Charléty et cela sera une grande fierté d'accompagner ces extraordinaires athlètes.

Belle saison estivale pour tous.

Jean-Jacques GODARD
Président de la Ligue de l'Île-de-France d'Athlétisme

CATEGORIES AU 1^{ER} SEPTEMBRE 2022 SAISON ESTIVALE 2022 – 2023

MASTERS	1988 et avant
SENIORS	1989 à 2000
ESPOIRS	2001 à 2003
JUNIORS	2004 – 2005
CADETS	2006 – 2007
MINIMES	2008 – 2009
BENJAMINS	2010 – 2011
POUSSINS	2012 – 2013
EVEIL ATHLETIQUE	2014 – 2016
BABY ATHLE	2017 et après

CATEGORIES MASTERS AU 1^{ER} SEPTEMBRE 2022

MASTERS 10	1938 et avant
MASTERS 9	1939 - 1943
MASTERS 8	1944 - 1948
MASTERS 7	1949 - 1953
MASTERS 6	1954 – 1958
MASTERS 5	1959 – 1963
MASTERS 4	1968 – 1964
MASTERS 3	1973 – 1969
MASTERS 2	1978 – 1974
MASTERS 1	1983 – 1979
MASTERS 0	1988 – 1984

*CALENDRIER PRINTEMPS-ETE 2023

Saison Estivale		
02/04/2023	Championnats d'Île-de-France d'Ekiden	Montgeron
16/04/2023	Championnats d'Île-de-France Masters	Livry-Gargan
08/05/2023	Date limite Interclubs Départementaux	
6-7 mai 2023	1er Tour des Interclubs	
14/05/2023	Date limite Equip'Athlé Départementaux	
14-15/05/2023	Date limite Championnats Départementaux Epreuves Combinées	
20-21 mai 2023	2ème Tour des Interclubs	
24/05/2023	Championnats d'Île-de-France de relais	Charléty
29/05/2023	Finale LIFA Equip'Athlé Minimes	Lieu à définir
03-04/06/2023	Date limite Championnats Départementaux	
03-04/06/2023	Date limite Championnats Départementaux de demi-fond long	
03-04/06/2023	Championnats d'Île-de-France d'Epreuves Combinées CA à SE + BE-MI	Lieu à définir
09/06/2023	Meeting de Paris	Charléty
10-11/06/2023	Epreuves CA-JU (format de compétition à définir)	Bondoufle
11/06/2023	Championnats Rgx des 20km Marche/10 Km JU + IDF Marche Mi et CA	Conflans Ste Honor.
11/06/2023	Finale LIFA Equip'Athlé Benjamins	Lieu à définir
14/06/2023	Championnats d'Île-de-France de demi-fond long	Saint-Maur
17-18/06/2023	Championnats d'Île-de-France Espoirs - Seniors J1 et J2	Pontoise
18/06/2023	Championnats d'Île-de-France de triathlon BE-MI	Lisses
24/06/2023	Championnats d'Île de France SE J3	Lieu à définir
24/06/2023	Championnats IDF de Marche Nordique	Noisiel
25/06/2023	Championnats IDF de trail court	Bazainville
25/06/2023	Championnats d'Île-de-France Minimes	Aulnay-sous-Bois
01-02/07/2023	Championnats d'Île-de-France Cadets et Juniors	Franconville

TARIF DES ENGAGEMENTS AUX COMPETITIONS LIFA

Extrait de la Circulaire Financière LIFA 2022-2023

	Normal	Tardif
CHAMPIONNATS CA/JU/ES/SE		
Epreuves Individuelles	4,00 €	20,00 €
Demande de qualification exceptionnelle (par athlète et par épreuve, acceptée ou refusée, remboursée si finaliste)	50,00 €	
Forfait non annoncé ou non justifié		20,00 €
Engagements athlètes hors LIFA	10,00 €	25,00 €
Relais	5,00 €	20,00 €
CROSS – Engagement tardif		20,00 €
INTERCLUBS - Engagement par équipe	20,00 €	
Droit d'appel	100,00 €	

MODALITES D'ENGAGEMENTS

Les qualifications aux Championnats d'Île-de-France se font désormais 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, un quota de qualification sera déterminé par la CSO. Les athlètes ayant réalisés les performances planchers mais se trouvant au-delà des quotas, seront placés sur une liste d'attente. Les listes seront actualisées quotidiennement en fonction des désistements jusqu'au Jeudi (10h00) précédant la compétition. Ces engagements sont gratuits et aucune démarche du club n'est nécessaire.

Demande d'engagement tardive : 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 20,00€). Aucun engagement ne pourra être pris en compte dans les 48 heures précédant le championnat. Les demandes tardives recevables seront placées en liste d'attente de manière à respecter les quotas de qualification. 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.

Forfait : Tout athlète qualifié et déclarant forfait sur une épreuve devra en avvertir la LIFA avant la date spécifiée pour chaque championnat. Le désengagement est effectué par le club sur le site internet de la LIFA.

Pour chaque championnat, 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 avvertir 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 F.142.4 du Règlement Sportif – FFA).

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

Participation aux Championnats de zones : Les Championnats départementaux et les Championnats Régionaux sont remplacés par des Championnats de zones. Ces Championnats de zones seront de niveau régional et qualificatifs pour les Championnats de France sur bilan et minima. Ils bénéficieront également du ranking WA (sous réserve d'avoir été inscrits au calendrier fédéral 60 jours avant la date de la compétition).

Les athlètes devront participer aux Championnats de leurs zones. A titre dérogatoire, un athlète peut demander à participer à des championnats de zones hors de sa zone d'origine sous réserve que :

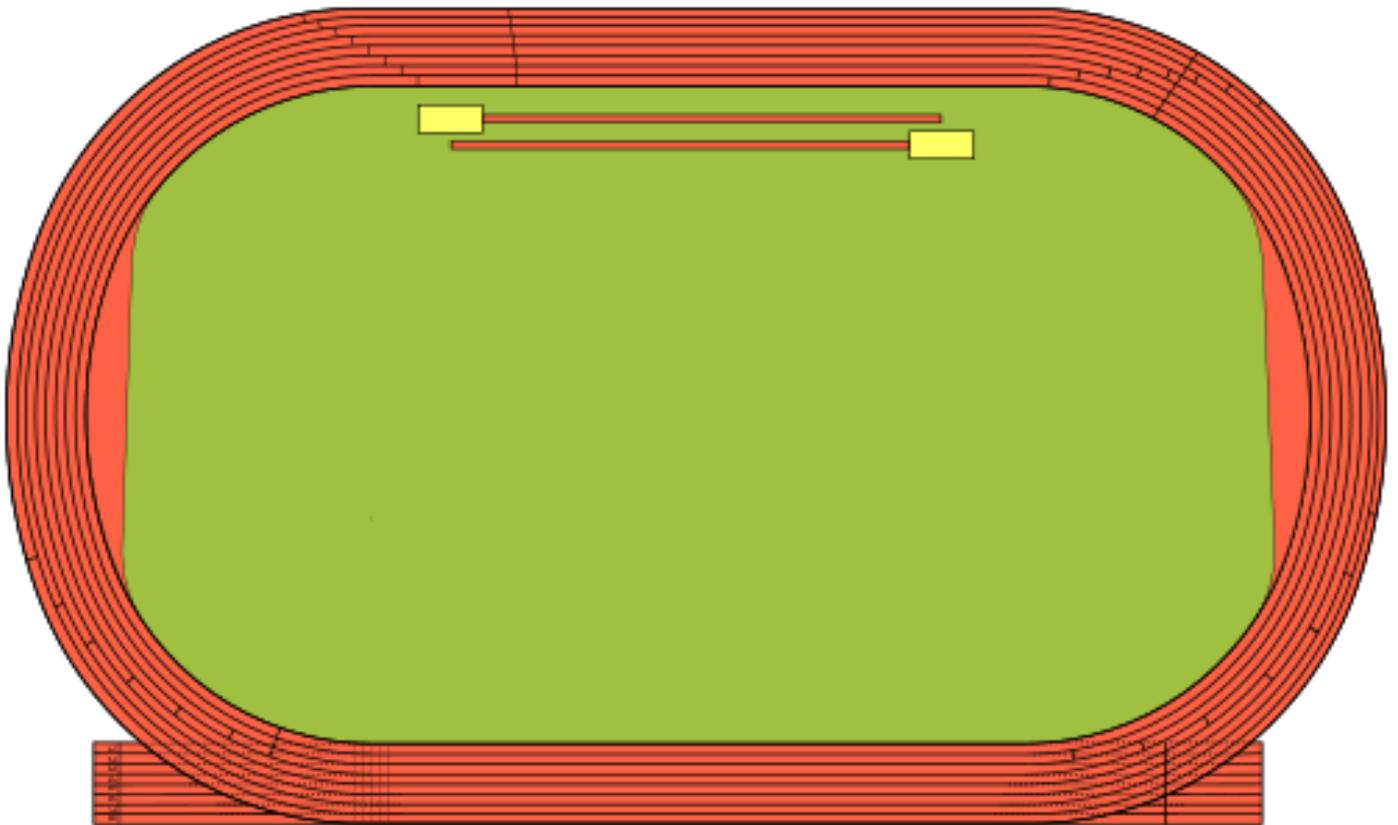
- 1) La demande doit être justifiée.
- 2) Un athlète ne peut pas prendre part à 2 Championnats de zones différents.
- 3) Le département d'origine accorde la demande de dérogation.
- 4) Le comité "d'accueil" accepte la demande,
- 5) La CSO LIFA doit être avertie de l'accord de cette dérogation.

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 sous peine d’être pénalisé de la même manière que les athlètes LIFA
- 5 – Tarifs financiers : voir tableau en haut de page.



MONTEES DE BARRES POUR LES CHAMPIONNATS DE ZONES

Montées de barre recommandées lors des championnats de zones

HAUTEUR FEMMES (Ca, Ju, Es, Se)												
	1,40	1,45	1,50	1,54	1,57	1,60	1,63	1,65	1,67			
HAUTEUR HOMMES (Ca, Ju, Es, Se)												
	1,65	1,70	1,75	1,80	1,84	1,88	1,92	1,96	1,99	2,01	2,03	
PERCHE FEMMES (Ca, Ju, Es, Se)												
	2,20	2,40	2,60	2,80	2,90	3,00	3,10	3,20	3,30	3,40	3,50	
PERCHE HOMMES (Ca, Ju, Es, Se)												
	3,10	3,30	3,50	3,70	3,90	4,10	4,20	4,30	4,40	4,50	4,60	
	4,70	4,80	4,90	5,00	5,05							

CONTACTS LIFA :

- Championnats Cadets à Seniors : Hatem BEN AYED – cso@athleif.org – 01.42.55.95.51
- Championnats Masters : Pierre MONTHEILLET – pierre.montheillet@orange.fr
- Championnats Benjamins et Minimes :
- Championnats de Marche : Nathalie STEINVILLE – nathalie.steinville@orange.com
- Championnats Running : Claude LACHEREST – claudelacherest@yahoo.fr

PERFORMANCES PLANCHERS MASCULINES

EPREUVES	CADETS	JUNIORS	ESPOIRS	SENIORS
100m	11"95	11"90	11"90	11"50
200m	24"60	24"20	24"10	23"75
400m	56"50	54"50	53"75	52"00
800m	2'09"0	2'07"0	2'06"0	2'04"0
1500m	4'35"0	4'30"0	4'28"0	4'20"0
3000/5000 m	10'20"0	17'30"0	17'00"0	16'30"0
110m haies	18"55	18"00	18"30	18"30
400m haies	67"20	66"00	65"00	61"00
Steeple	Pas de minima	11'00"0	10'45"0	10'20"0
Hauteur	1m60	1m65	1m70	1m70
Perche	3m00	3m20	3m40	3m80
Longueur	5m90	6m00	6m05	6m20
Triple saut	11m60	11m60	11m60	12m10
Poids	10m50	10m00	9m00	10m80
Disque	27m00	25m00	25m00	30m00
Marteau	34m00	31m00	31m00	34m00
Javelot	34m00	33m00	33m00	38m00
4X100m	Pas de minima			

PERFORMANCES PLANCHERS FEMININES

EPREUVES	CADETTES	JUNIORS	ESPOIRS	SENIORS
100m	13"80	13"80	13"80	13"80
200m	28"00	28"00	27"60	27"60
400m	69"00	69"00	69"00	69"00
800m	2'40"0	2'40"0	2'40"0	2'35"0
1500m	5'50"0	5'50"0	5'50"0	5'35"0
3000/5000 m	12'30"0	12'30"0	22'00"0	21'00"0
100m haies	18"00	19"00	18"65	18"65
400m haies	79"25	78"25	77"25	77"25
Steeple				
Hauteur	<i>1m35</i>	<i>1m35</i>	<i>1m35</i>	<i>1m35</i>
Perche	2m10	2m10	2m30	2m30
Longueur	4m80	4m80	4m80	4m85
Triple saut	9m60	9m60	9m60	9m60
Poids	9m40	7m80	7m80	8m80
Disque	19m00	19m00	21m00	24m00
Marteau	21m00	21m00	23m00	27m00
Javelot	21m00	21m00	21m00	23m50
4X100m	Pas de minima			

CHAMPIONNATS INTERCLUBS LIFA

Déroulement du 1^{er} tour :

La division Nationale 2 est composée de 3 poules et se déroule avec les clubs des divisions Elite et Nationale 1. Toutes ces rencontres se disputent conformément au règlement des Compétitions Nationales.

Les divisions PromoN2 (A, B, C, D) et Régionale se déroulent sur une rencontre chacune et se disputent selon les dispositions propres au règlement des championnats interclubs LIFA.

Interclubs Départementaux (Date limite interclubs départementaux : lundi 8 mai 2023)

Les engagements et la gestion de la compétition sont à la charge de chaque Comité Départemental.

Un club participant aux interclubs LIFA peut engager d'autres équipes à ces interclubs départementaux. Un même athlète n'est pas autorisé à participer aux interclubs avec deux équipes d'un même club. Toute infraction constatée, entraînera l'annulation de la performance réalisée lors des interclubs départementaux.

Dans le cas où un club aurait plusieurs équipes seules les équipes 1 et 2 sont susceptibles d'accéder aux interclubs LIFA. Les équipes 3 et suivantes ne pourront pas prétendre à une montée à l'issue du tour départemental.

Le règlement technique LIFA s'appliquera lors de ces interclubs départementaux. Les clubs souhaitant se qualifier pour la Finale Régionale devront respecter les dispositions concernant les officiels conformes au règlement des Championnats Interclubs LIFA, c'est-à-dire :

- ⇒ 1 Juge (Régional au moins) + 4 Assistants Juges (départemental)
- ou 1 Juge (Régional au moins) + 3 Assistants Juges (départemental) + 2 aides techniques
- ou 1 Juge (Régional au moins) + 2 Assistants Juges (départemental) + 4 aides techniques.

Chaque CSO départementale validera le classement du tour départemental en tenant compte des éventuelles pénalités pour manque de jury et le transmettra à la CSO LIFA accompagné d'un compte rendu signalant les incidents ou anomalies survenus.

Qualifications pour le 2^{ème} tour :

- A l'issue du 1^{er} tour, les équipes de la division NATIONALE 2 ayant les 8 meilleurs totaux constitueront la **Finale Nationale 2**.

- Les équipes de la division NATIONALE 2 non retenues pour la Finale Nationale 2 ainsi que les 5 meilleures équipes de la division PROMON2A constitueront la **Finale PromoN2A**.

- Les équipes de la division PROMON2A non retenues pour la Finale PromoN2A ainsi que les 5 meilleures équipes de la division PROMON2B constitueront la **Finale PromoN2B**.

- Les équipes de la division PROMON2B non retenues pour la Finale PromoN2B ainsi que les 5 meilleures équipes de la division PROMON2C constitueront la **Finale PromoN2C**.

- Les équipes de la division PROMON2C non retenues pour la Finale PromoN2C ainsi que les 2 meilleures équipes de la division PROMON2D constitueront la **Finale PromoN2D**. Trois équipes supplémentaires seront retenues pour la Finale PromoN2D par comparaison des équipes classées 3^{ème} à 5^{ème} de la division PROMON2D et des 3 meilleures équipes de la division REGIONALE.

- Les équipes des divisions PROMON2D et REGIONALE non retenues pour la Finale PromoN2D, ainsi que les équipes ayant les 14 meilleurs totaux des INTERCLUBS DEPARTEMENTAUX, constitueront la **Finale Régionale**.

Déroulement du 2^{ème} tour :

La finale Nationale 2 sera composée d'un match sur 8 équipes.

Les finales PromoN2A, PromoN2B, PromoN2C, PromoN2D seront composées chacune d'un match sur 9 équipes.

La finale Régionale sera répartie en 2 rencontres de même niveau composées chacune de 11 équipes.

Les implantations de l'ensemble des rencontres du 2^{ème} tour seront établies par la CSO à l'issue du 1^{er} tour.

Montées et descentes à l'issue du 2^{ème} tour :

✓ **Concernant la Finale Nationale 2**

Sans tenir compte des éventuelles montées et descentes en Nationale 1, les équipes participant à la Finale Nationale 2 seront qualifiées pour la division Nationale 2 sous réserve de réaliser un total supérieur à 40 000 points au 2^{ème} tour. Les équipes ne réalisant pas ce total de 40 000 points seront rétrogradées en division PromoN2A la saison suivante.

✓ **Concernant la Finale PromoN2A**

- Les équipes classées 1^{ère} à 4^{ème} seront qualifiées pour la division Nationale 2.

- Les équipes classées 5^{ème} à 7^{ème} seront maintenues en division PromoN2A.

- Les équipes classées 8^{ème} et 9^{ème} seront comparées avec les totaux des équipes classées 5^{ème} et 6^{ème} de la Finale PromoN2B en vue de leur maintien ou non au même niveau.

✓ **Concernant les Finales PromoN2B, PromoN2C, PromoN2D**

Pour chaque finale :

- Les équipes classées 1^{ère} à 4^{ème} seront qualifiées pour le niveau supérieur.
- Les équipes classées 5^{ème} et 6^{ème} seront comparées avec les totaux des équipes classées 8^{ème} et 9^{ème} du niveau supérieur en vue de leur accession ou non au niveau supérieur.
- Les équipes classées 7^{ème} seront maintenues au même niveau.
- Les équipes classées 8^{ème} et 9^{ème} seront comparées avec les totaux des équipes classées 5^{ème} et 6^{ème} du niveau inférieur en vue de leur maintien ou non au même niveau.

✓ **Concernant la Finale Régionale**

Au regard du classement scratch des 2 rencontres :

- Les équipes classées 1^{ère} à 4^{ème} seront qualifiées pour la division PromoN2D.
- Les équipes classées 5^{ème} et 6^{ème} seront comparées avec les totaux des équipes classées 8^{ème} et 9^{ème} de la Finale PromoN2D en vue de leur accession ou non en division PromoN2D.
- Les équipes classées 7^{ème} à 13^{ème} seront maintenues en division Régionale.
- Les équipes classées 14^{ème} et au-delà descendront au niveau des Interclubs Départementaux.

Forfaits :

En cas de forfait avant le 1^{er} tour, l'équipe de PROMOTION NATIONALE 2 concernée ne sera pas autorisée à participer au 2^{ème} tour et sera rétrogradée en division départementale.

Toute équipe réalisant un total de points inférieur à 25 000 points lors du 1^{er} tour sera considérée comme étant forfait. De ce fait elle ne pourra prétendre à participer au 2^{ème} tour et sera rétrogradée d'office en division départementale la saison suivante.

En cas de forfait d'un club de la division PROMOTION NATIONALE 2, la LIFA qualifiera un club supplémentaire ayant participé aux Interclubs départementaux pour la finale, sous réserve que ce dernier a réalisé un score supérieur à 25 000 points

Si le forfait intervient au 2^{ème} tour, l'équipe sera classée dernière de sa division et sera rétrogradée dans la division inférieure l'année suivante.

Incidence Nationale :

Le nombre de clubs admis à monter ou à descendre dans chaque division pourra être augmenté ou réduit si le nombre de clubs LIFA de Nationale 2 accédant à la N1B est différent du nombre de clubs LIFA descendant de N1B. Cette différence se répercutera dans toutes les divisions.

REGLEMENT TECHNIQUE LIFA

Nota Bene : ce règlement technique LIFA ne s'applique pas à la Division Nationale 2 qui est soumise au Règlement National.

Le règlement des Championnats Nationaux Interclubs, tel qu'indiqué dans le Règlement des Compétitions Nationales, s'applique également aux Championnats Interclubs LIFA. Au regard de ce règlement, il est précisé et/ou aménagé les points suivants :

. Nombre d'athlètes :

Chaque équipe pourra présenter 2 athlètes masculins et 2 athlètes féminines dans chaque épreuve.

. Athlètes mutés et étrangers :

Le nombre maximum d'athlètes considérés comme mutés (depuis moins de 12 mois dans le club) et comme étrangers autorisés à participer est de 8 par équipes (hommes ou femmes).

. Possibilité de doubler :

soit une course, un concours et un relais

soit un saut, un lancer et un relais

soit 2 sauts et un relais

soit 2 lancers et un relais

. Triple saut :

Planche à 7m, 9m, 11m et 13m. Le choix de la planche est définitif et aucun changement ne pourra intervenir pendant la durée du concours.

. Hauteur :

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

Pour les hommes, progression de 10 en 10 jusqu'à 1m60, ensuite de 5 en 5 jusqu'à 2m, de 3 en 3 jusqu'à 2m06, puis de 2 en 2.

Pour les femmes, progression de 10 en 10 jusqu'à 1m40 ensuite de 5 en 5 jusqu'à 1m60, de 3 en 3 jusqu'à 1m66, puis de 2 en 2.

. Perche :

Début du concours à la plus petite barre demandée à condition qu'elle soit multiple de 20.

Pour les hommes, progression de 20 en 20 jusqu'à 4m20, de 15 en 15 jusqu'à 4m50, de 10 en 10 jusqu'à 5m00, puis de 5 en 5.

Pour les femmes, progression de 20 en 20 jusqu'à 3m00, de 15 en 15 jusqu'à 3m30, de 10 en 10 jusqu'à 3m70 puis de 5 en 5.

. Nombre d'essais :

Longueur, triple et les quatre lancers : 4 essais pour tous les concurrents.

OFFICIELS

Nota Bene : Tous les officiels (y compris les aides techniques) doivent être licenciés dans le club pour lequel ils sont pris en compte la veille de la compétition.

Chaque club participant devra mettre à disposition un nombre d'officiels selon le tableau suivant :

- Division Nationale 2 (1^{er} tour et Finale) :

Conformément à la réglementation nationale (Art 1007.3 du livret des compétitions estivales 2019) chaque club devra mettre à disposition 7 officiels ayant les qualifications requises pour juger une épreuve se déroulant sur un stade d'Athlétisme et comprenant à minima 2 Fédéraux et 5 Régionaux.

Parmi ces 7 officiels, 5 au moins devront officier comme juge de concours et un de ces officiels devra avoir au plus 35 ans au cours de l'année civile.

Dérogations possibles :

- Possibilité de remplacer un seul officiel régional par 3 départementaux de plus de 16 ans.
- Pour les clubs montant pour la 1^{ère} fois en N1B, possibilité de remplacer 1 Fédéral par 3 Régionaux de plus de 16 ans. Cette disposition s'applique également à tous les clubs disputant la finale N2.

- Promotion Nationale 2, Promo N2A, Promo N2B, Promo N2C, Promo N2D, Régionale :

- ⇒ 1 Juge (Régional au moins) + 4 Assistants Juges (départemental)

- ou 1 Juge (Régional au moins) + 3 Assistants Juges (départemental)

- + 2 aides techniques ou 1 Juge (Régional au moins) + 2 Assistants Juges (départemental) +

- 4 aides techniques. Parmi ces officiels, 3 au moins devront officier comme juges de concours.

Un seul juge hors stade peut être pris en compte pour un club.

Pour les divisions Promotion Nationale 2, Promo N2A, Promo N2B, Promo N2C, Promo N2D, Régionale :

- Les animateurs/Commentateurs qui officient lors des interclubs en tant que speaker comptent pour leur club selon leur meilleur diplôme d'officiel.
- Aides techniques : Les personnes mises à disposition comme aide technique devront être de la catégorie Cadet ou supérieure.
- Jeunes Juges (Benjamins ou Minimes) :

- Un jeune juge fédéral remplacera un juge.
- Un jeune juge régional remplacera un assistant juge.
- Un jeune juge départemental remplacera un aide technique.
- Note : les jeunes juges doivent être affectés en priorité sur une épreuve de concours.

Les personnes mises à disposition comme aide technique ne peuvent pas participer à la compétition en tant qu'athlète. **Il est toléré qu'un officiel qualifié participe au maximum à une épreuve en tant qu'athlète. Dans ce cas, il devra être remplacé pendant son absence par un juge de même niveau.**

- Faute de présenter des officiels

400 points par officiel de niveau Juge (Régional au moins) manquant seront déduits du résultat final de l'équipe.

200 points par officiel de niveau Assistant Juge (départemental) manquant seront déduits du résultat final de l'équipe.

Si un officiel ne fait que la moitié de la compétition une pénalisation correspondant à la moitié du barème présenté ci-dessus sera appliquée.

NB : concernant la division Nationale 2 (1^{er} tour et Finale), c'est le barème de pénalités prévu au règlement national qui sera appliqué.

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE DE RELAIS

Stade Charlety – 17 avenue Pierre de coubertin 75013 PARIS

Mercredi 24 mai 2023

Programme

4x100m - 4x200m -4x400m- 4x800m
 4x1000m CAM/CAF - 4x1000m JUM/JUF
 800-200-200-800 MIM/MIF/MIXTE
 Medley Long (1200-400-800-1600)

Titres décernés

Champions d'Ile de France Toutes Catégories Masculines et Féminines 4x100m, 4x200m, 4x400m, 4x800m, Medley Long.

4x100m : Champions d'Ile de France Cadets et Cadettes, Champions d'Ile de France Juniors Hommes et Juniors Filles.

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

Règlement technique

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

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

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

Un club peut présenter plusieurs équipes dans la même épreuve.

Engagement

Il n'y a pas de minima pour ces championnats, les engagements sont libres et seront facturés 5 €.

Utiliser le formulaire d'engagement pour les relais disponible sur <http://lifa-athle.org>.

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

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

Toutes les demandes d'engagement devront parvenir par e-mail à hatem.benayed@athleif.org avant le **Lundi 22 Mai à 10 h 00**

Horaires Prévisionnel

19h25	800 X 200 X 200 X 800 MIF (2 finales)
19h45	800 X 200 X 200 X 800 MIM (2 finales)
20h05	800 X 200 X 200 X 800 Mixte Minimes (1 finale)
20h20	4 X 1 000 CAM & CAF / JUM & JUF (course mixte)
20h40	4 X 100 TCF
21h00	4 X 100 TCM
21h15	4 X 800 TCF
21h30	4 X 800 TCM
21h45	4 X 400 TCF
21h50	4 X 400 TCM
22h00	4 X 200 TCF
22h10	4 X 200 TCM

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE D'ÉPREUVES COMBINÉES

Lieu à définir

Samedi 03 et Dimanche 04 juin 2023

Nombre d'athlètes qualifiables par catégorie (R6 Minimum)

Catégories	Places	Catégories	Places
Cadets	15	Cadettes	15
Juniors M	15	Juniors F	15
Espoirs M	15	Espoirs F	15
Seniors M	15	Seniors F	15

Mode de qualification

1 - Participation aux championnats départementaux :

Qualification directe : aucun formulaire n'est à remplir.

Les CSO départementales devront faire parvenir, à la LIFA (hatem.benayed@athleif.org), les résultats de leurs championnats (fichiers nxt) au plus tard le lundi 22 mai avant 09 h 00.

2- Les performances réalisées lors de la saison estivale 2022

Ces performances seront qualificatives sur la base du classement fédéral de l'athlète à l'heptathlon ou au décathlon en 2022. Le tableau ci-après indique les minima de classement à prendre en compte pour pouvoir effectuer une demande d'engagement. Un formulaire d'engagement devra être rempli et expédié à la LIFA.

CAF	JUF	ESF	SEF	CAM	JUM	ESM	SEM
IR1	IR2	IR2	IR2	IR3	IR3	IR3	IR3

3- Pour toute autre demande, il est nécessaire de déposer une demande de qualification exceptionnelle (voir modalités page 3*) qui doit être justifiée par le niveau sportif de l'athlète.

Règlement technique

Le règlement sera le même que celui appliqué lors des Championnats de France d'Epreuves Combinées, conformément au Règlement des Compétitions Nationales.

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

Toutes les demandes d'engagement ou de qualification exceptionnelle devront parvenir à la LIFA (cso@athleif.org) avant le **Lundi 22 mai 2023 à 12h00**

La liste des qualifiés figurera sur le site internet <http://lifa-athle.com> à partir du Mardi 23 mai 2023

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE D'ÉPREUVES COMBINÉES

Lieu à définir

Samedi 03 et Dimanche 04 juin 2023

Ordre des épreuves du samedi :

MI M :	100m haies	Perche	Poids	Javelot	
CA M :	100m	Longueur	Disque	Perche	400 m
JU M :	100m	Longueur	Disque	Perche	400 m
ES/SE M :	100m	Longueur	Poids	Hauteur	400 m
MI F :	Hauteur	80 haies	Poids	100 m	
CA F :	100m haies	Poids	Hauteur	200 m	
JU/ES/SE F :	100m haies	Hauteur	Poids	200 m	

Horaires du samedi :

14 h 15	Hauteur	MI F
14 h 15	100 m haies	MI M
14 h 25	100 m haies	JU ES SE F
14 h 35	100 m haies	CA F
14 h 45	100 m	JU ES SE M
15 h 00	100 m	CA M

Ordre des épreuves du dimanche :

BE F :	50m haies	Javelot	Hauteur	1000 m	
BE M :	50m haies	Disque	Hauteur	1000 m	
MI M :	100m	Hauteur	Disque	1000 m	
CA M :	110 haies	Poids	Hauteur	Javelot	1500m
JU M :	110 haies	Poids	Hauteur	Javelot	1500m
ES SE M :	110 haies	Disque	Perche	Javelot	1500 m
MI F :	Javelot	Longueur	1000 m		
CA F :	Longueur	Javelot	800 m		
JU/ES/SE F :	Longueur	Javelot	800 m		

Horaires du dimanche :

10 h 00	50 m haies	BE M
10 h 15	50 m haies	BE F
10 h 30	110 m haies	CA M
11 h 00	110 m haies	JU M
11 h 20	110 m haies	ES SE M
13 h 00	100 m	MI M
13 h 15	Javelot	MI F
13 h 20	Longueur	JU ES SE F
13 h 20	Longueur	CA F

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE DE DEMI-FOND LONG
Saint Maur (94) – Stade Chéron
20 Avenue de Neptune, 94100 Saint-Maur-des-Fossés
Mercredi 14 juin 2023

1 - Mode de qualification

La liste des qualifiés sera établit au bilan de la saison estivale 2023 (performance réalisée du 1^{er} avril au 28 mai 2023) sous réserve de la réalisation des performances planchers (voir page 7).

Le nombre d'athlète retenu pour chaque épreuve sera le suivant :

2000m Steeple CAM = 15 – 2000m Steeple CAF/JUF: 15
3000m Steeple TCF = 15 - 3000m steeple TCM = 30
5000m TCF = 20 - 5000m TCM = 40

Une liste principale et une liste d'attente sera publiée. Les athlètes de la liste d'attente seront déplacés sur la liste principale en fonction des désistements et des engagements tardifs.

2 – Athlètes non classés dans les bilans

Un athlète ne figurant pas encore au bilan de la saison estivale pourra faire une demande de qualification exceptionnelle avec une performance hivernale ou une performance réalisée lors de la saison estivale 2022. Cette demande, qui doit être envoyée avant le 29 mai 2023, ne pourra être étudiée que si cette performance le place dans le 1^{er} tiers des qualifiables.

3 – Athlètes Hors-LIFA

Les athlètes licenciés dans des clubs de Provinces pourront faire une demande de qualification. Cette demande ne sera recevable que si elle place l'athlète dans le 1^{er} tier des qualifiables. Le nombre d'athlètes hors LIFA (en dehors des athlètes des structures de haut niveau situés à Eaubonne, Fontainebleau et 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- Athlètes non qualifiés ayant améliorés leur performance aux bilans après la liste des qualifiés.

Un athlète non qualifié ayant amélioré sa performance aux bilans entre le 28 mai et le 12 juin 2023 pourra faire une demande de qualification tardive. Cette demande pourra être acceptée si sa nouvelle performance le place dans le 1^{er} tiers des qualifiables et sous réserve du nombre de places disponibles.

5- Demandes d'engagements tardifs

Les demandes d'engagements tardifs devront parvenir à la LIFA avant le Lundi 12 juin 2023. L'ajout des athlètes à la liste principale sera conditionné aux quotas d'athlètes définis par épreuve. Un athlète remplissant les critères de qualification sur une épreuve pleine sera par conséquent ajouté à la liste d'attente.

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 **Lundi 29 mai 2023 à 12 h 00.**

La réunion de qualification se tiendra le Mercredi 31 mai 2023
La liste des qualifiés figurera sur le site internet <http://lifa-athle.fr> à partir du Mercredi 31 mai 2023

***** **FORFAIT - date limite Lundi 12 Juin 2023 à 23h59** *****

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE ESPOIRS/SENIORS J1 et J2

Stade des Maradas – Joel Motyl

6 Passage du Lycée 95300 PONTOISE

Samedi 17 et Dimanche 18 Juin 2023

Epreuves de 5000m et de steeple : le Mercredi 14 Juin 2022 à Saint Maur

1 - Mode de qualification

La liste des qualifiés sera établit au bilan de la saison estivale 2023 (performance réalisée du 1^{er} avril au 4 juin 2023) sous réserve de la réalisation des performances planchers (voir page 7).

Le nombre d'athlète retenu pour chaque épreuve sera le suivant :

Courses	ES	SE	Concours	ES	SE
100	72	80	Hauteur	15	15
200	60		Perche	15	15
400	40	60	Longueur	15	
800	32		Triple Saut	15	15
1500	32	32	Marteau	15	15
Haies Hautes	32	48	Disque	15	15
400H	32	32	Poids	15	
			Javelot	15	

Une liste principale et une liste d'attente seront publiées. Les athlètes de la liste d'attente seront déplacés sur la liste principale en fonction des désistements et des engagements tardifs.

2 – Athlètes non classés dans les bilans

Un athlète ne figurant pas encore au bilan de la saison estivale pourra faire une demande de qualification exceptionnelle avec une performance hivernale ou une performance réalisée lors de la saison estivale 2022. Cette demande, qui doit être envoyée avant le 5 juin 2023, ne pourra être étudiée que si cette performance le place dans le 1^{er} tier des qualifiables.

3 – Athlètes Hors-LIFA

Les athlètes licenciés dans des clubs de Provinces pourront faire une demande de qualification. Cette demande ne sera recevable que si elle place l'athlète dans le 1^{er} tiers des qualifiables. Le nombre d'athlète hors LIFA (en dehors des athlètes des structures de haut niveau situé à Eaubonne, Fontainebleu et 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- Athlètes non qualifiés ayant améliorés leur performance aux bilans après la liste des qualifiés.

Un athlète non qualifié ayant amélioré sa performance aux bilans entre le 4 juin et le 13 juin 2023 pourra faire une demande de qualification tardive. Cette demande pourra être étudiée si sa nouvelle performance le place dans le 1^{er} tiers des qualifiables et sous réserve du nombre de places disponibles.

5- Athlètes CA-JU

Les athlètes de catégories Cadets et Juniors peuvent participer à ce Championnats en tant que Seniors à la condition que leur performance soit meilleure que celle du dernier qualifié Seniors. Les demandes pour les athlètes Cadets et Juniors doivent être envoyé à la LIFA avant le 4 juin. **Ces athlètes seront inclus dans le quota de qualification des Seniors. La qualification d'un athlète CA-JU ne permet donc pas de prendre un Senior supplémentaire.**

6- Demandes d'engagements tardifs

Les demandes d'engagements tardifs devront parvenir à la LIFA avant le Lundi 12 juin 2023. L'ajout des athlètes à la liste principale sera conditionné aux quotas d'athlètes définis par épreuve. Un athlète remplissant les critères de qualification sur une épreuve pleine sera par conséquent ajouté à la liste d'attente.

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 **Mardi 6 Juin à 12 h 00.**

La réunion de qualification se tiendra le Mardi 6 juin 2023

La liste des qualifiés figurera sur le site internet <http://lifa-athle.fr> à partir du Mercredi 7 juin 2023

Championnats d'Île-de-France Espoirs Seniors J1

Stade des Maradas - CERGY PONTOISE (95)

SAMEDI 17 JUIN 2023

OUVERTURE DU SECRETARIAT										
			HAUTEUR	PERCHE	LONGUEUR	TRIPLE	POIDS	DISQUE	MARTEAU annexe	JAVELOT
12 H 30										
13 H 30						SEF		ESF		
13 H 50										
14 H 30	400Haies ESM/SEM	séries		ESM/SEM conc.B						
14 H 50						ESF				
15 H 00	400Haies ESF/SEF	séries	ESF conc.B					SEF		SEM
15 H 10										
15 H 20	400m ESM/SEM	séries								
15 H 55	400m ESF/SEF	séries								
16 H 10						ESM				
16 H 20										
16 H 30	100m ESM/SEM	séries							ESF	
16 H 40			ESF conc.A							
17 H 05	100m ESF/SEF	séries		ESM/SEM conc.A						
17 H 35	800m ESF	séries				SEF				ESF
17 H 55	100m ESM/SEM	finale							SEF	
18 H 20	100m ESF/SEF	finale								
18 h 40	800m ESM	séries								

Championnats d'Île-de-France Espoirs Seniors J2

Stade des Maradas – CERGY PONTOISE (95)

DIMANCHE 18 JUIN 2023

10 H 30 OUVERTURE DU SECRETARIAT											
COURSES			CONCOURS	HAUTEUR	PERCHE	LONGUEUR	TRIPLE	POIDS	DISQUE	MARTEAU annexe	JAVELOT
11 H 30	400Haies ESM/SEM	finales	11 H 30			ESM				ESM	
11 H 45	400Haies ESF/SEF	Finales	11 H 45								
11 H 40	200m ESM	Séries	11 H 40								
11 H 50			11 H 50		ESF/SEF Conc. B						
12 H 20	200m ESF	Séries	13 H 10								
13 H 30			13 H 30							SEM	
13 H 45	400m ESM/SEM	finales	13 H 45	ESM conc.B							
14 H 00	400m ESF/SEF	finales	14 H 00					ESF			SEF
14 H 20	110Haies ESM/SEM	séries	14 H 20								
14 H 45	100Haies ESF/SEF	séries	14 H 45		ESF/SEF Conc. A						
15 H 05	200m ESM	finales	15 H 05						ESM		
15 H 20	200m ESF	finales	15 H 20								
15 H 30			15 H 30	ESM conc.A							ESM
15 H 50	110Haies ESM/SEM	finales	15 H 50			ESF					
16 H 10	100Haies ESF/SEF	finales	16 H 10						SEM		
16 H 30	800m ESF	finales	16 H 30								
16 H 40	800m ESM	finales	16 H 40								
17 H 00	1500m ESM/SEM	finales directes	17 H 00								
17 H 15	1500m ESF/SEF	finales directes	17 H 15								
17 H 35	4x100 ESM		17 H 35								
17 H 45	4x100 ESF		17 H 45								

V2 -10/03/20

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE SENIORS J3

Lieu à définir

Samedi 24 Juin 2023

Epreuves de 5000m et de steeple : le Mercredi 14 Juin 2022 à Saint Maur

1 - Mode de qualification

La liste des qualifiés sera établit au bilan de la saison estivale 2023 (performance réalisée du 1^{er} avril au 11 juin 2023) sous réserve de la réalisation des performances planchers (voir page 7).

Le nombre d'athlète retenu pour chaque épreuve sera le suivant :

Courses	SE	Concours	SE
200	80	Hauteur	15
800	48	Longueur	15
		Longueur	15
		Poids	15
		Javelot	15

Une liste principale et une liste d'attente seront publiées. Les athlètes de la liste d'attente seront déplacés sur la liste principale en fonction des désistements et des engagements tardifs.

2 – Athlètes non classés dans les bilans

Un athlète ne figurant pas encore au bilan de la saison estivale pourra faire une demande de qualification exceptionnelle avec une performance hivernale ou une performance réalisée lors de la saison estivale 2022. Cette demande, qui doit être envoyée avant le 12 juin 2023, ne pourra être étudiée que si cette performance le place dans le 1^{er} tiers des qualifiables.

3 – Athlètes Hors-LIFA

Les athlètes licenciés dans des clubs de Provinces pourront faire une demande de qualification. Cette demande ne sera recevable que si elle place l'athlète dans le 1^{er} tier des qualifiables. Le nombre d'athlète hors LIFA (en dehors des athlètes des structures de haut niveau situé à Eaubonne, Fontainebleu et 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 quota de qualifiés.

4- Athlètes non qualifiés ayant améliorés leur performance aux bilans après la liste des qualifiés.

Un athlète non qualifié ayant amélioré sa performance aux bilans entre le 11 juin et le 18 juin 2023 pourra faire une demande de qualification tardive. Cette demande pourra être étudiée si sa nouvelle performance le place dans le 1^{er} tiers des qualifiables et sous réserve du nombre de places disponibles.

5- Athlètes CA-JU-ES

Les athlètes de catégories Cadets, Juniors et Espoirs peuvent participer à ce Championnats en tant que Seniors à la condition que leur performance soit meilleure que celle du dernier qualifié Seniors. Les demandes pour les athlètes Cadets et Juniors doivent être envoyé à la LIFA avant le 11 juin. **Ces athlètes seront inclus dans le quota de qualification des Seniors. La qualification d'un athlète CA-JU ne permet donc pas de prendre un Senior supplémentaire.**

6- Demandes d'engagements tardifs

Les demandes d'engagements tardifs devront parvenir à la LIFA avant le Lundi 19 juin 2023. L'ajout des athlètes à la liste principale sera conditionné aux quotas d'athlètes définis par épreuve. Un athlète remplissant les critères de qualification sur une épreuve pleine sera par conséquent ajouté à la liste d'attente.

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 **Mardi 13 Juin à 12 h 00.**

La réunion de qualification se tiendra le Mardi 13 juin 2023

La liste des qualifiés figurera sur le site internet <http://lifa-athle.fr> à partir du Mercredi 7 juin 2023

***** **FORFAIT - date limite Mercredi 21 Juin 2023 à 23h59** *****

Championnats d'Île-de-France Espoirs Seniors J3

SAMEDI 24 JUIN 2023

OUVERTURE DU SECRETARIAT

				HAUTEUR	LONGUEUR			Poids	JAVELOT	
14H30				TCF				TCM		
15H00					TCM				TCF	
15H10	200 m TCF	Séries								
15H55	200 m TCM	Séries								
16H40	800 TCF	Finales Directes		TCM				TCF		
17H00	800 TCM	Finales Directes			TCF				TCM	
17h25	200 m TCF	Finales								
17h40	200 m TCM	Finales								

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE CADETS - JUNIORS
Stade Jean Rolland, Rue des Pommiers Saulniers
95130 FRANCONVILLE
Samedi 1er et Dimanche 2 Juillet 2023

Epreuves de 5000m JUM et de Steeple : le Mercredi 14 Juin à Saint Maur

1 - Mode de qualification

La liste des qualifiés sera établit au bilan de la saison estivale 2023 (performance réalisée du 1^{er} avril au 18 juin 2023) sous réserve de la réalisation des performances planchers (voir page 7).

Le nombre d'athlète retenu pour chaque épreuve sera le suivant :

	CA	JU		CA	JU
100	72	72	Hauteur	15	15
200	60	60	Perche	15	15
400	40	40	Longueur	15*	15
800	32	32	Triple Saut	15	15
1500	32	32	Marteau	15	15
Haies Hautes	32	32	Disque	15	15
400H	24	24	Poids	15	15
			Javelot	15	15

* : En fonction des possibilités, la LIFA passera le nombre à 30

Une liste principale et une liste d'attente sera publiée. Les athlètes de la liste d'attente seront déplacés sur la liste principale en fonction des désistements et des engagements tardifs.

2 – Athlètes non classés dans les bilans

Un athlète ne figurant pas encore au bilan de la saison estivale pourra faire une demande de qualification exceptionnelle avec une performance hivernale ou une performance réalisée lors de la saison estivale 2022. Cette demande, qui doit être envoyée avant le 20 juin 2023, ne pourra être étudiée que si cette performance le place dans le 1^{er} tiers des qualifiables.

3 – Athlètes Hors-LIFA

Les athlètes licenciés dans des clubs de Provinces pourront faire une demande de qualification. Cette demande ne sera recevable que si elle place l'athlète dans le 1^{er} tiers des qualifiables. Le nombre d'athlète hors LIFA (en dehors des athlètes des structures de haut niveau situé à Eaubonne, Fontainebleu et 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- Athlètes non qualifiés ayant améliorés leur performance aux bilans après la liste des qualifiés.

Un athlète non qualifié ayant amélioré sa performance aux bilans entre le 20 juin et le 27 juin 2023 pourra faire une demande de qualification tardive. Cette demande pourra être étudiée si sa nouvelle performance le place dans le 1^{er} tiers des qualifiables et sous réserve du nombre de places disponibles.

5- Demandes d'engagements tardifs

Les demandes d'engagements tardifs devront parvenir à la LIFA avant le Mardi 20 juin 2023. L'ajout des athlètes à la liste principale sera conditionné aux quotas d'athlètes définis par épreuve. Un athlète remplissant les critères de qualification sur une épreuve pleine sera par conséquent ajouté à la liste d'attente.

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 **Mardi 20 Juin à 12 h 00.**

La réunion de qualification se tiendra le Mercredi 21 juin 2023

La liste des qualifiés figurera sur le site internet <http://lifa-athle.fr> à partir du Mercredi 21 juin 2023

***** **FORFAIT - date limite Mercredi 28 Juin 2023 à 23h59** *****

**MEETING FRANCILIEN CADETS-JUNIORS
SAMEDI 10 et DIMANCHE 11 JUIN 2023
STADE ROBERT BOBIN – BONDOUFLE
Rue de Paris 91070 BONDOUFLE**

Epreuves :

La liste des épreuves et le nombre d'athlètes figure au bas du présent document. Ce Meeting régional bénéficiera du ranking WA et sera qualificatif pour les Championnats de France Cadets-Juniors sur bilan et minima.

En fonction des engagements reçus, il sera constitué des séries et des concours de niveau.

Engagement :

Les modalités d'engagements seront précisés ultérieurement sur le site de la LIFA (<http://lifa-athlr.fr>).

Modalités de sélections : Le nombre d'athlètes par épreuve étant limité (voir tableau ci-dessous), une sélection des participants pourra être réalisée par la LIFA sur la base des performances aux bilans 2023. Pour les athlètes d'un niveau N3 au moins, la LIFA pourra prendre en considération les performances réalisés en 2022 ou lors de la saison hivernale.

Chaque engagement est à effectuer sur notre site <http://lifa-athle.fr> pour le **mardi 6 juin 2023 à 09h00 (date limite d'engagement)**.

Le nombre d'athlètes retenus* par épreuve sera limité.

	CA	JU	CA	JU	
100m	48	48	Longueur	15	15
100/110m Haies	40	40	Triple Saut	15	15
200m	40	40	Hauteur	15	
400m	64	64	Perche	15	
800m	30		Disque	7	7
1500m	30		Marteau	7	7
3000m	16 CAF/JUF et 16 CAM		Javelot	15	15
400m Haies		40	Poids	15	15

***sous réserve de modification en fonction des contraintes horaires**

Forfait :

La liste des athlètes engagés sera mise en ligne sur le site <http://lifa-athle.fr>

Tout athlète figurant sur la liste des engagés et déclarant forfait sur une épreuve devra se désengager sur internet **pour le mercredi 7 juin 2023 à 23h59 au plus tard.**

Tout forfait non justifié donnera lieu à une pénalité de 20€ qui sera facturée aux clubs.

Horaires :

Les horaires seront publiés sur le site <http://lifa-athle.fr>

MEETINGS REGIONAUX LIFA 2023

Les Meetings régionaux « En Piste » seront qualificatifs pour les Championnats de France sur bilan et performances planchers et bénéficieront du ranking WA

Date	Compétition	Dpt	Lieu	Nom Contact	Prénom Contact	Mail	Epreuves
03/06/2023	Meeting 2023 d'Antony	92	Antony	HUEBER	Didier	antonyathle92@orange.fr	100m, 400m, 800m F, 1500m H, 100m Haies, 110m Haies, Javelot, Longueur
04/06/2023	Meeting de Saint-Denis Emotion	93	Saint-Denis	SYLVESTRE	Kevin	kevin.sylvestre@saint-denis-emotion.fr	100m, 400m, 800m TCM, 1500m TCF, 400m Haies, Longueur, Triple Saut TCF, Hauteur
07/06/2023	Meeting de l'EA St Quentin en Yvelines	78	Trappes	LEFEVRE	Philippe	78philippelefevre@gmail.com	100/110 Haies, 100m, 400m, 1500m, Longueur, Hauteur, Poids, Javelot
07/06/2023	Meeting des soirées de Saint-Maur	94	Saint Maur des Fossées	BRAULT	Pascal	athletisme@vga-fr.org	800m, 1500m, 3000m, 3000m steeple, Triple Saut, Poids,
10-11/06/2023	Meeting CA-JU	91	Bondoufle	BEN AYED	Hatem	hatem.benayed@athleif.org	Toutes épreuves CA-JU
11/06/2023	Meeting Athle 91	91	Bondoufle	LEGRAND	Kevin	kv.legrand@gmail.com	400m Haies - 110m Haies, 100m Haies, 800m, 400m, Hauteur, Perche, Javelot, Marteau
14/06/2023	Meeting de Sarcelles	95	Sarcelles	HAMMOUDA	Ali	ali_hammouda@msn.com	100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 3000m, Longueur, Poids
15/06/2023	2ème Jeudi de l'Essone	91	Lisses	LEMAIRE	Sylvain	athle-competition@cd-91-athle.org	Triple Saut, Hauteur, Poids, 200m, 400m, 400m Haies
21/06/2023	Meeting de l'EA St Quentin en Yvelines	78	Trappes	LEFEVRE	Philippe	78philippelefevre@gmail.com	100/1100 Haies, 100m, 400m, 1500m, Longueur, Hauteur, Poids, Javelot, Perche
22/06/2023	3ème Jeudi de l'Essonne	91	Savigny sur Orge	LEMAIRE	Sylvain	athle-competition@cd-91-athle.org	Longueur TCF, Triple Saut TCM, Marteau, 100m, 400m, 100m Haies, 110m Haies, 400m Haies
24-25/06/2023	Tempo Run Ligue EACPA	95	Cergy Pontoise	GUILLOINEAU	Guillaume	info.eacpa@gmail.com	400m, 800m, 1500m, 3000m steeple, 5000m, Longueur, Triple, Perche, 100m, 400m Haies, 100m Haies, 110m Haies, Poids, Disque, Marteau
25/06/2023	Meeting Régionaux de l'athlé 92	92	Plessis Robinson	MANOUVRIER	Fabrice	manouvrier.fabrice@gmail.com	100m, 200m, 800m, 3000m, Poids, Longueur TCF, Hauteur TCM
25/06/2023	Meeting du Val de Marne	94	Nogent sur Marne	BEUZARD	Frédéric	secretariat@athle94.org	200m, 400m, 800m, 400m Haies, Hauteur, Triple TCF, Longueur TCM
27/06/2023	Meeting de Palaiseau	91	Palaiseau	JADBANE	Marie	usp.athletisme.president@gmail.com	100m, 200m, 800m, 3000m steeple, Longueur, Perche, Javelot, Poids
29/06/2023	4ème Jeudi de l'Essonne	91	Longjumeau	LEMAIRE	Sylvain	athle-competition@cd-91-athle.org	Triple Saut F, Longueur TCM, Perche, 100m, 200m, 400m, 400m Haies

COMMISSION REGIONALE DES JEUNES CATEGORIE EVEIL ATHLETIQUE Enfants nés en 2014 – 2015 – 2016

CATEGORIE POUSSINS Enfants nés en 2012 - 2013

LE CONCEPT « IAAF KIDS' ATHLETICS »

Le Kids' Athletics est conçu pour apporter aux enfants le plaisir de jouer à l'athlétisme. De nouvelles épreuves avec une organisation innovante vont permettre aux enfants de découvrir les activités courses, sauts, lancers dans tous les environnements possibles (stade, terrain de jeu, gymnase, espace libre, etc.).

Les jeux athlétiques proposés permettront à tous les enfants de profiter des bienfaits de la pratique de l'athlétisme en termes de santé, d'éducation et d'épanouissement personnel.

Dans ce sens, les organisations d'animations pour les écoles d'athlétisme doivent tenir compte de façon constante (épreuves, organisation, etc.) des exigences suivantes :

- Proposer un athlétisme **motivant**
- Proposer un athlétisme **accessible**
- Proposer un athlétisme **formateur**

Ainsi, seront privilégiées les organisations avec **classements par équipe**, mettant en avant non pas la performance, mais des **habiletés motrices**, des **capacités de réalisation**, à travers des ateliers ludiques.

Dans ces rencontres, les résultats seront disponibles, affichés et donnés dans les quelques minutes suivantes la fin des épreuves, permettant un suivi, une ambiance et une grande motivation pour tous les acteurs de la journée.

Par ce concept, les enfants seront amenés à rencontrer **toutes les disciplines** (adaptées) de l'athlétisme, trop souvent, peu pratiquées à ces âges (perche, multi-bond, anneau/disque, ballonde/marteau, haies/obstacles...).

Afin de ne pas énumérer toutes les épreuves et de vous permettre d'avoir un maximum d'informations sur le déroulement, la mise en place, le descriptif des épreuves, il vous est conseillé de vous reporter au guide pratique de l'IAAF KIDS'ATHLETICS que vous pouvez récupérer d'un simple clic sur le site <http://lifa-athle.fr>

Rappelons que le système des rotations, en musique, sans temps morts est particulièrement apprécié des enfants qui découvrent un autre athlétisme que celui des seniors.

Mais aussi, qu'afin de préparer au mieux le passage des catégories, **une évolution adaptée sera de mise**, allant d'ateliers de complexité croissante entre éveils athlétiques et poussins, ainsi qu'au passage aux épreuves multiples en fin d'année scolaire avant de découvrir les triathlons lors du changement de catégorie pour les poussins deuxième année passant benjamins.

BAREME DE CLASSEMENT DES CLUBS

POUSSINS : Chaque licencié marquera 1 point et pourra en obtenir 6 en Poussin en gagnant un point de plus à chaque participation à des épreuves préconisées pour leur catégorie.

EVEIL ATHLETIQUE :

- Les animations sont celles validées par le Comité Départemental.
- 1 point par participation (4 points maximum)
- **Les épreuves autorisées sont les Kids Athletics et les Kids Cross** (mise en application au 1^{er} janvier 2011)

FINALE LIFA CHALLENGE EQUIP'ATHLE

Lieu à déterminer

MINIMES (M et F) : Lundi 29 mai 2023

BENJAMIN(E)S : Dimanche 11 juin 2023

La LIFA organise une finale LIFA du Challenge Equip'Athlé regroupant les meilleures équipes des catégories Minimes (M et F) et Benjamins(M et F).

1- PHASES QUALIFICATIVES

Le tour estival doit être organisé par chaque Comité Départemental au plus tard le 14 mai 2023 pour la catégorie Minime et 29 mai pour la catégorie Benjamin.

2- MODE DE QUALIFICATION :

La qualification s'effectue sur le tour estival.

- Seront qualifiées 8 équipes mixtes en Benjamins U14 en N1
- Seront qualifiées 16 équipes mixtes en Benjamins U14 en N2
- Seront qualifiées 8 équipes mixtes en Minimes U16 en N1
- Seront qualifiées 10 équipes mixtes en Minimes U16 en N2

La CRJ se réserve le droit de qualifier plus d'équipe sur une poule, si le nombre d'équipes qualifiées et qualifiables sur l'autre poule n'a pas atteint le quota afin de garder le même nombre d'équipe (N1+N2) pour chaque catégorie. Les équipes Minimes pourront être désengagées jusqu'au 23 mai 23h59 et les équipes Benjamins jusqu'au 6 juin 23h59.

Un club peut engager une équipe en N1 et une autre en N2 mais seule la N1 peut prétendre à une finale (nationale ou régionale). Un club participant à une finale N1(régionale ou nationale) ne peut participer à la finale N2. Les clubs évoluant dans le Championnat de France des clubs en Elite ou en N1 sont tenus de s'engager dans la division N1 de l'Equip'Athlé dès les premiers tours de compétition. Une équipe, athlète et/ou jeune juge, ne peut avoir plus d'un muté enregistré après le 1 er janvier.

Equip'Athlé Benjamins : Une équipe se compose de 4 athlètes au minimum pour être classée, dont 2 filles et 2 garçons, plus un jeune juge des catégories Benjamins ou Minimes. Les athlètes Benjamins peuvent participer au plus à un triathlon général (1 course + 1 saut + 1 lancer). Si un athlète de cette catégorie ne participe qu'à deux épreuves, il ne pourra s'aligner que sur 1 course + 1 concours ou 1 saut + 1 lancer.

Equip'Athlé Minimes : Une équipe se compose de 5 athlètes au minimum pour être classée, dont 2 filles et 2 garçons, plus un jeune juge des catégories Benjamins ou Minimes. Si un athlète de cette catégorie ne participe qu'à deux épreuves, il ne pourra pas disputer deux courses de la même famille. Les athlètes Minimes peuvent participer au plus à un triathlon général (1 course + 1 saut + 1 lancer) ou orienté (2 courses d'une famille différente + 1 concours ou 1 course + 2 concours).

Le nombre de participants d'une équipe dans une même épreuve est limitée à 1 par sexe.

La totalisation des cotations se fera selon les modalités définies dans le règlement national. Les équipes qualifiées seront déterminées par la CRJ et la liste ainsi que les horaires seront mis en ligne sur le site internet de la LIFA à partir du mercredi 24 mai 2023. Les clubs dont l'équipe a été qualifiée pour la finale nationale ne pourront pas prétendre à une qualification en finale Île-de-France, même si ces compétitions ne sont pas sur le même week-end. Un club ayant déclaré forfait pour la finale Nationale (= club qualifiable dont le total est supérieur à la dernière équipe qualifiée) ne peut pas inscrire son équipe à la finale régionale

3- RÈGLEMENT TECHNIQUE :

Toutes les dispositions techniques du règlement national seront appliquées sauf en ce qui concerne les points suivants **en Benjamins et Benjamines : Nombre d'essais limités à 3 pour longueur, triple-saut et les lancers**

Aucun athlète hors match ne sera admis. En cas d'ex æquo d'équipe : le relais départage.

Disposition particulière aux relais Benjamins :

- Une faute de transmission entraîne le retrait de 5 pts de la cotation de la performance réalisée
- 2 ou 3 fautes de transmissions entraînent la cotation de 2 pts
- Un abandon ou une disqualification, en dehors d'une transmission hors zone, entraîne la cotation de 1 pt.

4- JURY :

Chaque club devra fournir un juge diplômé en plus du jeune juge de l'équipe.

Les jeunes juges, dont la qualification aura été saisie sur le SI-FFA, au moins 48h00 avant le début de la compétition, marqueront des points pour leurs équipes :

- 5 pts pour un jeune juge non certifié
- 20 pts pour un jeune juge certifié départemental
- 30 pts pour un jeune juge certifié régionale
- 40 pts pour un jeune juge certifié fédéral

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE
D'ÉPREUVES COMBINÉES - BENJAMINS / MINIMES
Samedi 3 et dimanche 4 juin 2023
Lieu à définir

1 – ÉPREUVES

Minimes Garçons: OCTATHLON

1^{er} jour : 100 m haies – poids – perche – javelot

2^e jour : 100 m – hauteur -disque – 1 000 m

Minimes filles : HEPTATHLON

1^{er} jour : 80m haies – hauteur – poids – 100 m

2^e jour : longueur – javelot – 1 000 m

Benjamins : TETRATHLON

50 m haies (0,65 m) – disque – hauteur – 1 000 m

Benjamines : TETRATHLON

50 m haies (0,65 m) – hauteur – javelot – 1 000 m

2 – QUALIFICATIONS :

Date limite de qualification : 21 mai 2023

La CRJ se réunira le 23 mai 2023 pour procéder aux qualifications :

Les qualifications seront effectuées en fonction des bilans à jour sur le SI-FFA le 22 mai 2023 au soir

Seront directement qualifiés les athlètes ayant réalisé les minima D.

Le nombre d'athlètes ainsi qualifié sera complété à :

- 24 pour les athlètes minimes filles et minimes garçons.
- 24 pour les athlètes Benjamins et Benjamines.

Une liste complémentaire d'athlètes susceptibles d'être qualifiés en cas de désengagement sera également établie.

	Benjamines	Benjamins	Minimes Filles	Minimes Garçons
Minima D	1 900 pts	1 550 pts	3 600 pts	3 500 pts

Attention : les minima de qualification devront être réalisés dans les conditions réglementaires de compétition, cependant si les conditions n'ont pas pu être réalisées il sera nécessaire de faire une demande de qualification exceptionnelle.

3 - DEMANDE DE QUALIFICATION EXCEPTIONNELLE (GRATUITE)

Les athlètes dont le Comité Départemental n'organise pas de compétitions d'épreuves combinées pourront demander à être qualifiés. Un formulaire de demande de qualification spécifique devra être envoyé à la LIFA (hatem.benayed@athleif.org) pour le **22 mai 2023 23h59 au plus tard en indiquant les performances réalisées sur l'ensemble des différentes épreuves**

4 - La liste complète des qualifiés et les horaires seront disponibles sur <http://lifa.athle.org> à partir du 24 mai 2023 **ainsi que la liste des athlètes qui seraient susceptibles d'être qualifiés en cas de désengagement.**

5 - DÉSENGAGEMENTS : Si un athlète ne souhaite pas participer, son club devra le désengager sur le site avant le **31 mai 2023 à 23h59**. Cette façon de procéder permettra des **qualifications supplémentaires.**

Les clubs devront fournir un **officiel diplômé** par groupe de 3 athlètes qualifiés

Précision : Le Challenge Minime d'Épreuves Combinées par équipes se déroule lors de la même compétition que les Championnats d'Île-de-France d'Épreuves-Combinées Benjamins Minimes et suit les mêmes horaires.

Inscriptions en plus des 24 athlètes individuels : limitation à 8 équipes maximum
Une équipe comprend : 3 minimes masculins et 3 minimes féminines
(Minimum :2 athlètes minimes masculins et 2 minimes féminines) et 1 jeune juge licencié au club

Les tables de cotation sont celles des épreuves combinées. Sont comptabilisées pour chaque équipe :
-les 2 meilleures performances sur l'heptathlon en MF
-les 2 meilleures performances sur l'octathlon en MM

Date limite de demande d'engagements le 22 mai 2023 – 23h59 sur le formulaire en téléchargement sur le site de la ligue <http://lifa-athle.fr>

**CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE
DE TRIATHLONS
MINIMES/BENJAMINS/BENJAMINES
Dimanche 18 juin 2023
Lisses**

Date limite de qualification : Dimanche 4 juin 2023

Remise des récompenses du challenge Anne Graffard 2022

Épreuves :

Triathlon benjamins (G et F):

GÉNÉRAL :1 course+ 1 saut + 1 lancer

Triathlons minimes (G et F):

GÉNÉRAL: 1 course + 1 saut + 1 lancer

ORIENTES:

-Sauts: 2 sauts + 1 course

-Lancers: 2 lancers + 1 course

Courses: 2 courses (de familles différentes) + 1 concours (famille A : demi-fond-marche, Famille B : Sprint, Famille C : Haies)

Nombre d'essais limité à 3 pour longueur, triple-saut et les lancers.

Le registre des épreuves autorisées est disponible sur le livret 2022/2023 de la CNJ.

Les performances devront avoir été établies sur un triathlon sur une même compétition, au plus tard le 04 juin 2023. Seront directement qualifiés les athlètes ayant réalisé les minima D. Le nombre d'athlètes ainsi qualifié sera complété jusqu'à 40 au maximum. Une liste d'attente par catégories susceptibles d'être qualifiés en cas de désengagement sera également établie

La CRJ se réunira le 6 juin 2023 pour procéder aux qualifications :

Les qualifications seront effectuées en fonction des bilans à jour sur le SI-FFA le 5 juin 2023 au soir.

	Benjamines	Benjamins	Minimes Filles	Minimes Garçons
Minima D	110 pts	110 pts	115 pts	110 pts

Attention : les minima de qualification devront être réalisés dans les conditions réglementaires de compétition, cependant si les conditions n'ont pas pu être réalisées il sera nécessaire de faire une demande de qualification exceptionnelle.

Minima tenant compte de la table à 50 pts.

Ces listes et les horaires seront disponibles sur <http://lifa.athle.org> à partir du 7 juin 2023, ***ainsi que la liste des athlètes qui seraient susceptibles d'être qualifiés en cas de désengagement.***

DÉSENGAGEMENTS : Si un athlète ne souhaite pas participer, son club devra le désengager sur le site avant le 14 juin 2023 à 23h59. Cette façon de procéder permettra des qualifications supplémentaires.

Les trois premiers Minimes Garçons, Minimes Filles, benjamins et benjamines seront récompensés. Le premier et la première de chaque type de Triathlon minimes (triathlon Général C/S/L // triathlon orienté 2 courses // triathlon orienté 2 sauts // triathlon orienté 2 lancers) seront également récompensés.

ATTENTION : Les clubs devront, pour chaque athlète qualifié, indiquer sur le site et ce avant le **14 juin 2023 à 23h59** (date impérative) les épreuves choisies. **Il n'y aura pas de possibilité de changement sur place.** Les athlètes pour lesquels les épreuves n'auront pas été choisies au 14 juin 2023 au soir seront considérés comme forfaits.

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE MINIMES

Dimanche 25 juin 2023

Aulnay sous bois

Tous les athlètes ayant réalisé les minima seront qualifiés pour les championnats d'Île-de-France.

DATE LIMITE DE QUALIFICATION : DIMANCHE 11 JUIN 2023

La réunion de qualification aura lieu le **mardi 13 juin 2023**.

Les qualifications seront effectuées en fonction des bilans à jour sur le SI-FFA le 12 juin 2023 au soir.

Au cours de cette réunion la liste des athlètes qualifiés sera établie ainsi qu'une liste complémentaire d'athlètes susceptibles d'être qualifiés en cas de désengagement. Il sera tenu compte des résultats des championnats d'académies UNSS (individuels et par équipes) et des championnats régionaux UGSEL et affinitaires (sous réserve de leur enregistrement sur le SI-FFA).

La liste complète des qualifiés et les horaires seront disponibles sur <http://lifa-athle.fr> à partir du 14 juin 2023 *ainsi que la liste des athlètes qui seraient susceptibles d'être qualifiés en cas de désengagement.*

FEMININES	EPREUVES	MASCULINS
10"50	80 m	9"60
15"50	120m	14"20
3'10"	1 000 m	2'45"
7'20"	2 000 m	6'20"
12"44	80h/100h	14"54
32"34	200 h	28"84
1m55	Hauteur	1m72
5m25	Longueur	6m10
2m60	Perche	3m40
11m00	Triple Saut	12m60
10m60	Poids	12m20
28m00	Disque	35m00
34m00	Marteau	34m00
28m00	Javelot	40m00
12 meilleurs temps	Relais 4 x 60	12 meilleurs temps
12 meilleurs temps	Relais 4 x 60 (Mixte)	12 meilleurs temps
16 meilleurs temps (au plus)	Marche	16 meilleurs temps (au plus)

Les minima ci-dessus devront avoir été réalisés en extérieur entre le 1^{er} septembre 2022 et le 11 juin 2023.

Attention : les minima de qualification devront être réalisés dans les conditions réglementaires de compétition, cependant si les conditions n'ont pas pu être réalisées il sera nécessaire de faire une demande de repêchage exceptionnel.

Attention : un athlète ne sera autorisé qu'à participer à un seul relais (Normal ou Mixte). **Limitation du nombre d'épreuves : Au maximum 4 épreuves (Relais non compris) par athlète dont pas plus de deux courses, l'une des deux devant être inférieure à 200 m.**

Désengagements : Si un athlète ne souhaite pas participer aux épreuves pour lesquelles il est qualifié, son club devra le désengager sur le site LIFA avant le 21 juin 2023 – 23h59. Cette façon de procéder permettra des qualifications supplémentaires

MEETING JEUNES EN SALLE

Date à définir CDFAS à Eaubonne (95)

Cette compétition, permet aux athlètes des catégories minimes ET Cadets de participer à une première compétition en salle avant leurs Championnats Départementaux.

Sélections :

Les demandes d'engagements sont libres, sans minima pré requis, toutefois les meilleures performances seront retenues en fonction du nombre d'athlètes maximums par épreuves.

La date limite pour les demandes d'engagements est fixée au Dimanche 23 octobre 2022 – 23h59. Les engagements se feront directement sur le site de la LIFA.

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

Epreuves	Nb Athlètes Maximum	
	Filles	Garçons
50 m Minimes	36	36
60m Cadets	36	36
50 m Haies Minimes 2	36	36
400m Cadets	16	16
800m Cadets	12	12
Longueur	6 MI + 10 CA	6 MI + 10 CA
Triple-Saut	6 MI + 10 CA (Mixte)	
Hauteur	12 MI	12 MI
Perche	12 CA	12 CA
Poids MI2/CA	6 MI2 + 10 CA	6 MI2 + 10 CA

*Si le nombre d'engagé de l'une des catégories est inférieur aux quotas prévus, la LIFA se réserve le droit de prendre plus de participants de l'autre catégorie afin d'arriver aux 16 participant(e)s par concours.

Organisation :

Le nombre d'épreuve est limité à 2 par athlète.

Règlement Technique :

Des finales A et B seront organisées pour les épreuves suivantes : 50m-60m – 50m Haies.

Longueur, Triple-saut et Poids : Un seul concours commun aux Minimes et aux Cadets. Les athlètes lanceront le poids de leur catégorie. 3 essais pour tous et 3 essais supplémentaires pour les 4 meilleurs Minimes et les 4 meilleurs Cadets.

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.

Désengagements : Si un athlète ne souhaite pas participer aux épreuves pour lesquelles il est retenu, son club devra le désengager sur le site LIFA avant le mercredi précédent le meeting. Cette façon de procéder permettra de sélectionner des athlètes engagés et non retenus.

Récompense :

Pour les 3 meilleur(e)s de chaque épreuve et de chaque catégorie :

- sur la finale A pour les courses

MODES DE QUALIFICATIONS AUX EPREUVES NATIONALES

Pour toutes les qualifications aux championnats Nationaux, la CNJ demande notamment un chronométrage électrique et une mesure du vent réglementaire sur les courses et les concours. Des demandes de qualifications exceptionnelles seront nécessaires si ce n'est pas le cas.

RELAIS 800 X 200 X 200 X 800 MINIMES (U16, M, F et Mixte)

FINALE NATIONALE : 08/09 juillet 2023 à Toulon(PCA)

Dans chaque Ligue métropolitaine, l'équipe de club Minimes (U16) filles, l'équipe de club Minimes (U16) garçons, et l'équipe de club Minimes (U16) mixte (2 filles et 2 garçons) ayant réalisé la meilleure performance, seront qualifiées. Des équipes complémentaires pourront être qualifiées en fonction du bilan (de façon à avoir un maximum de 28 équipes).

Date limite de qualification : 25 juin 2023

POINTES D'OR COLETTE BESSON – MINIMES (U16)

FINALE NATIONALE :08/09 juillet 2023 à Toulon(PCA)

QUALIFICATIONS :

120 Triathlons garçons et 120 Triathlons filles seront qualifiés de la manière suivante :

- ✓ Les 80 meilleurs Triathlons Minimes deuxième année,
- ✓ Les 40 meilleurs Triathlons Minimes première année.
- ✓ Sont qualifiables :

- Le meilleur Triathlon dans chaque Ligue et pour chaque catégorie réalisé lors d'une même compétition. En cas d'ex-æquo c'est l'athlète qui a réalisé la meilleure cotation dans l'une des épreuves qui est qualifié.
- Tous les autres athlètes figurant dans le bilan plein air des Triathlons (code 795) au 19 juin 2022, dans la limite de 90 athlètes 2ème année et 50 athlètes 1ère année, moins le nombre d'athlètes classés premiers des Ligues.

AVIS IMPORTANT :

Les compétitions qualificatives organisées avec prise des temps en manuel ou sans prise de vent nécessiteront une demande de qualification exceptionnelle. Toute demande de qualification directe ou éventuelle d'un athlète, issue des résultats d'une compétition scolaire, devra être faite par la Ligue concernée accompagnée des résultats papier ou de l'adresse Internet de la compétition concerné

EPREUVES COMBINEES PAR EQUIPES MINIMES (U16)

Challenge National Minimes (U16) d'épreuves combinées

Il sera organisé conformément aux différents Règlements de la FFA, dans le cadre des Pointes d'Or Colette BESSON.

Règlement FFA :

- Il s'agit d'une compétition par équipe composée de 3 minimes filles et de 3 minimes garçons.
- Les minimes filles disputent l'heptathlon ; les minimes garçons l'octathlon.
- Les tables de cotation sont celles des épreuves combinées. Le règlement des épreuves combinées sera appliqué (la non-participation à une épreuve entraîne l'abandon pour le reste des épreuves à disputer).
.Le classement final s'établit au total des points obtenus par les 2 meilleurs octathlons masculins et les 2 meilleurs Heptathlons féminins

Les athlètes qualifiés au Challenge d'Épreuves Combinées ne peuvent pas participer au Relais 800- 200-200-800 (exception faite des athlètes des clubs ultramarins).

Qualification :

La période de qualification s'étalera jusqu'au dimanche 25 Juin 2023 inclus (la compétition devra être clôturée pour le 15 juin, 23h59).

Pour le Challenge National d'Épreuves Combinées Minimes (U16), les 8 meilleures équipes pourront participer. Sont comptabilisés pour chaque équipe de club, et pour chaque compétition d'Épreuves Combinées (le numéro de référence SIFFA de la compétition faisant foi), les 2 meilleurs heptathlons féminins et les 2 meilleurs octathlons masculins réalisés pour les Minimes /U16 du même club au cours de la période de qualification.

La CNJ établira un bilan à partir des performances (totaux de points de l'octathlon et de l'heptathlon de chaque athlète du club) enregistrées dans le SIFFA et déclarées qualifiantes sans que le club n'ait besoin de s'engager.

COMMISSION REGIONALE DU RUNNING

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE DE TRAIL COURT

25 JUN 2023

EPREUVE SUPPORT TRAIL DES 4 PILIERS

1. Engagements :

- Championnat ouvert aux catégories espoirs à masters ayant une licence compétition.
- L'inscription est faite directement auprès de l'organisateur (renseigner son numéro de licence lors de l'inscription).
- La ligue remboursera aux clubs le montant de l'inscription pour chaque arrivant, licencié compétition, classé au titre des championnats d'Île-de-France de trail court. Celui-ci sera effectué sur le compte de tiers du club.
- Aucune inscription sur place ne sera acceptée.
- **Le port du maillot du club est obligatoire pour tous les athlètes participants aux Championnats d'Île-de-France de Trail Court.**
- Le premier SAS de la course sera dédié au championnat.

2. Titres décernés :

a. Podiums individuels

- Podium masculin toutes catégories confondues.
- Podium féminin toutes catégories confondues.
- Le premier des catégories Espoirs à Masters 10
- La première des catégories Espoirs à Masters 10

b. Par équipe

L'équipe vainqueur est celle qui aura le temps total le moins élevé (addition des 4 meilleurs temps).

En cas d'ex-æquo, l'équipe gagnante sera celle dont le 4^{ème} équipier comptant dans l'équipe sera le mieux classé.

- Première équipe hommes toutes catégories confondues.
- Première équipe femmes toutes catégories confondues.
- Podium par équipe mixte (avec au moins un homme ou une femme)

Nombre d'athlètes considérés comme mutés et/ou étrangers autorisés à participer : 1 par équipe

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE DE 10 km

29 octobre 2023

EPREUVE SUPPORT : Foulées Monterelaises

1. Engagements :

- Championnat ouvert aux catégories de cadets à masters ayant une licence compétition.
- L'inscription est faite directement auprès de l'organisateur (renseigner son numéro de licence lors de l'inscription).
- La ligue remboursera aux clubs le montant de l'inscription pour chaque arrivant, licencié compétition, classé au titre des championnats d'Île-de-France de 10km. Celui-ci sera effectué sur le compte de tiers du club.
- Aucune inscription sur place ne sera acceptée.
- **Le port du maillot du club est obligatoire pour tous les athlètes participants aux Championnats d'Île-de-France de 10 km.**
- Le premier SAS de la course sera dédié au championnat.

2. Titres décernés :

a. Podiums individuels

- Podium masculin toutes catégories confondues (scratch).
- Podium féminin toutes catégories confondues (scratch).
- Premier de Cadets à Masters 10.
- Première de Cadettes à Masters 10.

b. Par équipe

L'équipe vainqueur est celle qui aura le temps total le moins élevé (addition des 4 meilleurs temps).

En cas d'ex-æquo, l'équipe gagnante sera celle dont le 4^{ème} équipier comptant dans l'équipe sera le mieux classé.

- Première équipe hommes Cadets-Juniors.
- Première équipe femmes Cadettes-Juniors.
- Première équipe hommes Espoirs-Seniors-Masters 0.
- Première équipe femmes Espoirs-Seniors-Masters 0.
- Première équipe hommes Masters 1 à Master 10.
- Première équipe femmes Masters 1 à Master 10.

Par équipe mixte avec au moins un homme ou une femme (addition des 4 meilleurs temps).

- Première équipe mixte Cadets-Juniors.
- Première équipe mixte Espoirs-Seniors-Masters 0.
- Première équipe mixte Masters 1 à Masters 10.

Nombre d'athlètes considérés comme mutés et/ou étrangers autorisés à participer : 1 par équipe

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE DE 5 km

Date et lieu à définir

1. EPREUVES :

- Championnat ouvert aux catégories de cadets à masters ayant une licence compétition.
- L'inscription est faite directement auprès de l'organisateur (renseigner son numéro de licence lors de l'inscription).
- La ligue remboursera aux clubs le montant de l'inscription pour chaque arrivant, licencié compétition, classé au titre des championnats d'Île-de-France de 5 km. Celui-ci sera effectué sur le compte de tiers du club.
- Aucune inscription sur place ne sera acceptée.
- **Le port du maillot du club est obligatoire pour tous les athlètes participants aux Championnats d'Île-de-France de 5 km.**
- Le premier SAS de la course sera dédié au championnat.

2. Titres décernés

a. Podium Individuels

- Podium masculin toutes catégories confondues (scratch).
- Podium féminin toutes catégories confondues (scratch).
- Premier de Cadets à Masters 10.
- Première de Cadettes à Masters 10.

b. Par équipes

L'équipe vainqueur est celle qui aura le temps total le moins élevé (addition des 4 meilleurs temps).
En cas d'ex-æquo, l'équipe gagnante sera celle dont le 4^{ème} équipier comptant dans l'équipe sera le mieux classé.

- Première équipe hommes Cadets-Juniors.
- Première équipe femmes Cadettes-Juniors.
- Première équipe hommes Espoirs-Seniors-Masters 0.
- Première équipe femmes Espoirs-Seniors-Masters 0.
- Première équipe hommes Masters 1 à Master 10.
- Première équipe femmes Masters 1 à Master 10.

Par équipe mixte avec au moins un homme ou une femme (addition des 4 meilleurs temps).

- Première équipe mixte Cadets-Juniors.
- Première équipe mixte Espoirs-Seniors-Masters 0.
- Première équipe mixte Masters 1 à Masters 10.

Nombre d'athlètes considérés comme mutés et/ou étrangers autorisés à participer : 1 par équipe

3. Qualification aux Championnats de France de 5 km (en attente du règlement fédéral)

Pour se qualifier au championnat de la discipline, il faut avoir réalisé les minimas suivants :

- Minima A (direct) lors d'un 5km route labélisé ou un 5 000m piste.
- Minima B lors du championnat d'Île-de-France.

COMMISSION REGIONALE DES ATHLETES MASTERS

CATEGORIES MASTERS

CATEGORIE	CODE	ANNEE DE NAISSANCE
Masters H et F	M0	1988 - 1984
	M1	1983 - 1979
	M2	1978 - 1974
	M3	1973 - 1969
	M4	1968 - 1964
	M5	1963 - 1959
	M6	1958 - 1954
	M7	1953 - 1949
	M8	1948 - 1944
	M9	1943 - 1939
	M10	1938 et avant

CARACTERISTIQUES DES EPREUVES MASTERS

	Poids	Disque	Javelot	Marteau	Marteau lourd
Masculins					
M35-40-45	7 kg 260	2 kg	800 gr	7 kg 260	15 kg 880
M50-55	6 kg	1 kg 500	700 gr	6 kg	11 kg 340
M60-65	5 kg	1 kg	600 gr	5 kg	9 kg 080
M70-75	4 kg	1 kg	500 gr	4 kg	7 kg 260
M80-85	3 kg	1 kg	400 gr	3 kg	5 kg 450
Féminins					
F35-40-45	4 kg	1 kg	600 gr	4 kg	9 kg 080
F50-55	3 kg	1 kg	500 gr	3 kg	7 kg 260
F60-65-70	3 kg	1 kg	500 gr	3 kg	5 kg 450
F75	2 kg	0,750 kg	400 gr	2 kg	4 kg

Masculins				
M35-40-45	110m haies	0,991	10 haies	13,72-9,14-14,02
M50-55	100m haies	0,914	10 haies	13-8,5-10,5
M60-65	100m haies	0,838	10 haies	12-8-16
M70-75	80m haies	0,762	8 haies	12-7-19
M35-40-45	400m haies	0,914	10 haies	45-35-40
M50-55	400m haies	0,838	10 haies	45-35-40
M60-65	300m haies	0,762	7 haies	50-35-40
M70-75	300m haies	0,686	7 haies	50-35-40
Féminins				
F35	100m haies	0,838	10 haies	13-8,5-10,5
F40-45	80m haies	0,762	8 haies	12-8-12
F50-55	80m haies	0,762	8 haies	12-7-19
F60-65-70	80m haies	0,686	8 haies	12-7-19
F35-40-45	400m haies	0,762	10 haies	45-35-40
F50-55	300m haies	0,762	7 haies	50-35-40
F60-65	300m haies	0,686	7 haies	50-35-40

CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE MASTERS SUR PISTE
DIMANCHE 16 AVRIL 2023
Parc des sports Alfred Marcel Vincent
43-47 rue du Mal Leclerc , 93891 LIVRY GARGAN

Modalités d'engagement :

- Aucune inscription sur place ; toute inscription tardive sera facturée 20,00€.
- Les engagements se font directement sur le site internet LIFA <http://lifa-athle.fr>.
- Date limite d'engagement : Dimanche 9 avril à 23h59.
- Pénalité en cas de désengagement tardif (20€).

Engagements athlètes hors ligue :

Droits d'engagements : 10€ pour la 1^{ère} épreuve, 6€ pour les suivantes.
Les demandes d'engagement sont à envoyer à hatem.benayed@athleif.org.

Catégories :

Ils sont ouverts à tout athlète âgé de 35 ans au moins au premier jour de la compétition (F35/M35).
Les classements sont établis par catégories d'âge de 5 ans calculées en fonction de la date de naissance de l'athlète.

Limitation des épreuves :

Le nombre d'épreuves autorisées par athlète est limité à 4 dont 3 courses ou 3 concours au maximum.

Confirmation des engagements :

Au plus tard 30mn avant chaque épreuve, quelle que soit l'épreuve.

Modalités Techniques :

- 100m : séries / finale par catégories. Si le nombre d'athlètes confirmés est inférieur ou égal à 7, la finale aura lieu à l'heure des séries. Finale directe à partir des 60 ans.
- Se désengager en cas de non participation à la finale si qualifié.
- Courses (sauf 100m) : finales directes (des courses de niveau seront constituées),
- Faux départ : le règlement sportif FFA sera appliqué
- Utilisation des starting-blocks : non-obligatoire à partir de 50 ans
- Courses de haies et lancers : application des règles WMA (cf. tableau des caractéristiques des Epreuves Masters)
- Si un athlète est inscrit à la fois dans une course et dans un concours, ou dans plusieurs concours se déroulant simultanément, la règle des inscriptions simultanées sera appliquée (Règle F.142.3)
- Résultats : toute réclamation concernant les résultats devra être déposée sur place directement auprès du juge-arbitre dans les 30mn suivant la publication des résultats (sur athlelive).
- Le port du maillot de club est obligatoire (Règle F.143.1) pour les compétitions et les podiums.
- Lancers : 4 essais par athlète - **pas de marteau ni de marteau lourd (fait à une autre date)**.
- Sauts : 6 essais par athlète. Ce nombre pourra être limité à 4 et Montées de barres en fonction du nombre d'engagés affichées sur place.
- 3000 et 5000 m : une seule course H & F si faible nombre de participant(e)s (<12) . Ouvertes aux autres catégories pour le club organisateur.

Horaires :

Les horaires de la compétition sont susceptibles d'être modifiés en fonction des engagements définitifs. L'horaire définitif sera arrêté le mercredi 12 avril 2023.

Récompense :

Pour chaque épreuve, les 3 premiers athlètes par catégorie seront invités à monter sur le podium.

Les médailles seront remises uniquement aux athlètes présents au moment du podium, remise effectuée à la fin du délai de réclamation.

Championnats d'Île-de-France Masters
LIVRY GARGAN
DIMANCHE 16 AVRIL 2023 (Modifiés)

09 H 15	Ouverture du secrétariat & pesé des engins						
	Courses			Sauts		Lancers	
10H15	5000m Marche MAM	1 course					
			10H00	Hauteur M70+/MAF	10h00		Disque (2kg) M35-49
11H05	3000m Marche MAF	1 course			10h45		
		1 course	11H30	Longueur MAF/M70+	11h20		Disque (1.5kg) M50-59
12H00	300 haies M60-79 / F50+ (76)	1 course					
12H20	400 m haies (84) M50-59	1 course					
12H20	400 m haies (76) F35-49						
					11h45	Poids (3-4kg) M70+/MAF	
12H50	800m M35/F35+	1 course					
14H00	100m F35-44	2 séries	14H00		14H00		Disque (1kg) M60+
14H10	100m F45-80	1 série	14H05	Longueur M35-69	14h10	Poids (6kg) M50-59	
14H15	100m M35-39	1 série					
14h20	100m M45-49	1 série					
14H25	100m M50-59	1 série					
14H30	100m M60-69	1 finale directe					
14H35	100m M75+	1 finale directe					
					14h50		Disque MAF
15H00	80m Haies (69) F65+ - M80+	1 course (69) Ecart 12/7/19	15H00	Hauteur M35-59			
15H10	100m Haies F35 -39 / M50-69	1 course (84) Ecart 13/8.5/10.5			15h10	Poids (7kg) M35-49	
15H20	110m Haies M35-49	1 course(99) Ecart 13.72/9.14/14.02			15h20		
15H35	100m MAF	finale A et B					
15H45	100m M35-49	finale A et B					
16H00	100m M50-59	finale	16h05	Triple saut MAM/MAF			
16H15	200m F35	1 finale directe					
16H20	200m F40	1 finale directe			16h20	Poids (5kg) M60-69	Javelot (800-700) M35-59
16H25	200m F50+	1 finale directe					
16H30	200m M35-39	1 finale directe	16H25	Perche MAM/MAF			
16H35	200m M45-49	1 finale directe			16H30		
16H40	200m M50-59	1 finale directe					
16H45	200m M60-69	1 finale directe					
16H50	200m M70+	1 finale directe					
17H10	1500m MAF/MAM	1 course			17h10		Javelot (600-500-400) MAF/M60+
17H30	400m MAF	1 course					
17H40	400m M35-44	1 finale directe			17H40		
17H45	400m M50-69	1 finale directe					
17h55	400m M70+	1 finale directe					
18H10	3000m MAF	1 course					
18H10	5000m MAM	1 course					

COMMISSION REGIONALE DE MARCHE CALENDRIER DES CHAMPIONNATS ET CRITERIUMS 2023

19/03/23	Critérium de Printemps-Epreuves de durée	Bussy St Georges (77)
16/05/2022	Championnats Ile de France Masters Piste F / M Org. Commission Régionale des Athlètes Masters	LIVRY-GARGAN
07 et 08/05/22	1 ^{er} Tour Interclubs Seniors (Piste F / M)	
21 et 22/05/22	2 ^{ème} Tour Interclubs Seniors (Piste F / M)	
11/06/23	Championnats Régionaux sur Route : 20 km ES/SE/VE F & M + 10 km JU F & M Championnats régionaux sur piste : 3000m MI + 5000m CA	Stade Claude Fichot-rue du bois d'Aulne- Conflans-Sainte-Honorine (78)
25/06/2023	Championnats Ile de France Piste Minimes F & M	AULNAY-SOUS-BOIS
8/10/2023	Championnats LIFA sur Route 20 km ES/SE/VE F & M + 10 km JU F & M	LISSES (91)

Pour toutes les dates ci-dessus, dans la mesure du possible et des disponibilités des officiels, la Commission Régionale de Marche et la Commission des Officiels Techniques Régionale s'efforcent de proposer des juges de marche en effectif suffisant pour couvrir au mieux ces compétitions. Nous rappelons qu'il est du ressort de chaque comité départemental de désigner ou de solliciter des officiels sur les compétitions figurant à leurs calendriers respectifs y compris pour les épreuves de marche.

CHALLENGE DE L'AMITIE FEMININ et MASCULIN (TROPHEES « SOUVENIR JEAN DAHM »)

Condition de participation : être licencié(e) dans un club francilien et dans les catégories juniors, espoirs, seniors et Masters féminines ou masculins. Décompte des points pour chacune des épreuves retenues dans ces deux challenges : 25 points au 1^{er}, 24 points au 2^{ème}, 23 points au 3^{ème} etc... jusqu'à 1 point au 25^{ème} et au-delà. Le classement est mis à jour après chaque épreuve le site internet de la LIFA.

19/03/2023 : Bussy Saint Georges

11/06/23 : CONFLANS SAINTE HONORINE

07/10/23 : THIAIS

A DEFINIR : MONTREUIL

8/10/2023 : LISSES

Critérium de printemps - Bussy Saint Georges

Championnats Régionaux - 20 km F & M Route.

3 000 m F et 5 000 m M Piste.

Challenge Facchetti-Jean Dahm 20 km F & M Route

Grand Prix de Lisses-Championnat LIFA des 20km F & M Route.

Novembre 23 : NOGENT-SUR-MARNE

Meeting de Nogent- 20 km Piste F & M.

Pour toute autre information relative à la marche en Ile de France, n'oubliez pas de consulter le site internet de la LIFA

Contact CRM : Nathalie Steinville – crmarche@athleif.org

CRITERIUM DE PRINTEMPS – EPREUVES DE DUREE
Dimanche 19 mars 2023 – Bussy Saint Georges (77)

Epreuves :

-heure de marche JU/ES/SE/MA
-5000m CA
-3000m MI
-2000m BE

Epreuve de l'heure de marche comptant pour le challenge de l'amitié

CHAMPIONNATS REGIONAUX DE MARCHE ES/SE/MA ET DE 10KM JU
CHAMPIONNATS REGIONAUX DE 3000m MI
CHAMPIONNATS REGIONAUX DE 5000m CA
Dimanche 11 Juin 2023 – Conflans-Sainte-Honorine (78)

Epreuves : 20Km Marche ES/SE/MA – 10Km marche JU sur circuit de 1km, 5000m CA et 3000m MI

Engagements : Les modalités d'engagements seront communiquées sur le site internet de la LIFA

Limitation à 2h30 au passage au dernier tour.

Epreuve du 20km comptant pour le challenge de l'amitié

CHAMPIONNATS D'ILE DE FRANCE DE 20 km MARCHE ES/SE/MA ET
CHAMPIONNATS REGIONAUX 10km JU
Dimanche 08 Octobre 2023– LISSES (91)

Epreuves : 20km Marche ES/SE/MA et 10km JU

Engagements : sur le site internet de la LIFA : <http://lifa-athle.fr>

Epreuve du 20km comptant pour le challenge de l'amitié

CALENDRIER DES CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX ET DE ZONES

COMITE DEPARTEMENTAL DE PARIS (75)

08/05/2023	INTERCLUBS DEPARTEMENTAUX	BONNEUIL SUR MARNE
13-14/05/2023	CHAMPIONNATS DE ZONE EP. COMB CA A SE	CORMEILLES EN P.
24/05/2023	CHAMPIONNATS DE ZONE 1/2 FOND LONG	SAINT-MAUR
27-28/05/2023	CHAMPIONNATS DE ZONE CA-JU-ES-SE	NON DEFINI

COMITE DEPARTEMENTAL DE SEINE ET MARNE (77)

23/03/2023	CHAMPIONNATS DE ZONE DE 5000M ET 10000M	COMBS LA VILLE
16/04/2023	CHALLENGE DEPARTEMENTAL EQUIP'ATHLE	FONTAINEBLEAU
08/05/2023	CHAMPIONNAT INTERCLUBS DEPARTEMENTAUX 77-91-93	OCQUERRE
25/05/2023	CHAMPIONNATS 77 DE 3000M/5000M	CHAMPS SUR MARNE
03/06/2023	CHAMPIONNATS 77 INDIVIDUELS & TRIATHLON BE	SAVIGNY-LE-TEMPLE
04/06/2023	CHAMPIONNATS 77 INDIVIDUELS & TRIATHLON MI	SAVIGNY-LE-TEMPLE
27-28/05/2023	CHAMPIONNATS DE ZONE 77 INDIVIDUELS CJES	NEMOURS

COMITE DEPARTEMENTAL DES YVELINES (78)

08-09/04/2023	CHAMPIONNAT DE ZONES D'EPREUVES COMBINEES 92-94	VILLEJUIF
08/05/2023	INTERCLUBS DEPARTEMENTAUX	MONTIGNY LES BTX
13-14/05/2023	ÉQUIP'ATHLE BE-MI	A DEFINIR
18/05/2023	CHAMPIONNAT DE RELAIS	TRAPPES
27/05/2023	CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAL DE TRIATHLON BE	A DETERMINER
28/05/2023	CHAMPIONNATS DE ZONE 78-92 J1	ANTONY
03/06/2023	CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAL DE TRIATHLON MI	CONFLANS STE HONORINE
04/06/2023	CHAMPIONNATS DE ZONE 78-92 J2	CONFLANS STE HONORINE

COMITE DEPARTEMENTAL DE L'ESSONNE (91)

16/04/2023	EQUIP'ATHLE 2023	PALaiseAU
13-14/05/2023	CHAMPIONNATS DEPTX EPREUVES COMBINEES BM	A DETERMINER
08/05/2023	CHAMPIONNAT INTERCLUBS DEPARTEMENTAUX 77-91-93	OCQUERRE
27-28/05/2023	CHAMPIONNATS DE ZONE 91 CJES	LISSES

COMITE DEPARTEMENTAL DES HAUTS DE SEINE (92)

08-09/04/2023	CHAMPIONNAT DE ZONES D'EPREUVES COMBINEES 92-94	VILLEJUIF
09/04/2023	CHALLENGE EQUIP'ATHLE 92	LE PLESSIS ROBINSON
08/05/2023	INTERCLUBS DEPARTEMENTAUX	BONNEUIL SUR MARNE
13-14/05/2023	CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX 92 EC BE MI	ANTONY
28/05/2023	CHAMPIONNATS DEPTX BE	ANTONY
29/05/2023	CHAMPIONNATS DEPTX MI	LE PLESSIS ROBINSON
28/05/2023	CHAMPIONNATS DE ZONE 78-92 J1	ANTONY
04/06/2023	CHAMPIONNATS DE ZONE 78-92 J2	CONFLANS STE HONORINE

COMITE DEPARTEMENTAL DE SEINE SAINT DENIS (93)

08/05/2023	CHAMPIONNAT INTERCLUBS DEPARTEMENTAUX 77-91-93	OCQUERRE
13-14/05/2023	CHAMPIONNATS INDIVIDUELS EPREUVES COMBINEES BE/ MI	NOISY LE GRAND
13-14/05/2023	CHAMPIONNATS DE ZONE EPR. COMB	NOISY LE GRAND
29/05/2023	CHAMPIONNATS DEPTX DE TRIATHLON BE-MI	AULNAY-SOUS-BOIS
27-28/05/2023	CHAMPIONNATS DE ZONE CADETS / MASTERS	AULNAY SOUS BOIS

COMITE DEPARTEMENTAL DU VAL DE MARNE (94)

8-9/04/2022	CHAMPIONNATS DE ZONE EC	VILLEJUIF
15/04/2023	DEPARTEMENTAUX DE TRIATHLON BE-MI	VILLEJUIF
08/05/2023	INTERCLUBS DEPARTEMENTAUX	BONNEUIL SUR MARNE
13/05/2023	EQUIP'ATHLE BENJAMINS	SUCY EN BRIE
14/05/2023	EQUIP'ATHLE MINIMES	JOINVILLE
24/05/2023	CHAMPIONNATS DE ZONE DE 1/2 FOND LONG	SAINT MAUR
27-28/05/2023	DÉPARTEMENTAUX CA JU ES SE	IVRY SUR SEINE
03/06/2023	DÉPARTEMENTAUX BENJAMINS	BONNEUIL SUR MARNE
10/06/2023	DÉPARTEMENTAUX MINIMES	CACHAN

COMITE DEPARTEMENTAL DU VAL D'OISE (95)

02/04/2023	DEPTX TRIATHLON BE-MI	VILLIERS LE BE BEL
16/04/2023	EQUIP'ATHLE BE-MI	FRANCONVILLE
08/05/2023	INTERCLUBS DEPARTEMENTAUX	FRANCONVILLE
13-14/05/2023	CHPTS DE ZONE 75-95 EPREUVES COMBINEES	CORMELLES EN PARISIS
03-04/06/2023	CHPTS DE ZONE 95	SARCELLES

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
*50m	CJESV	40 pt 5"66	35 pt 5"76	30 pt 5"84	28 pt 5"94	26 pt 6"04	24 pt 6"14	21 pt 6"24	20 pt 6"30	19 pt 6"37	18 pt 6"44	15 pt 6"50	14 pt 6"60	13 pt 6"68	12 pt 6"76	11 pt 6"84	10 pt 6"94	8 pt 7"04	7 pt 7"14	6 pt 7"24	5 pt 7"34	4 pt 7"44	3 pt 7"54	2 pt 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
300m	C			34"04	34"74	35"44	36"14	36"74	37"44	38"14	38"84	39"54	40"24	40"94	41"64	42"34	43"04	43"54	44"04	44"54	45"04	45"54	46"04	46"54
400m	JESV	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"24	10"34	10"54	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"24	10"34	10"54	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	JESV	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	50											

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	
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	
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	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	3800 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	3600 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	4'00	4'20	4'40	4'60	4'80	4'90	5'00	5'10	5'20	5'30	5'40	5'50	5'60	5'730	5'900	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
300m	C			38"64	39"64	40"64	41"64	42"64	43"64	44"24	45"04	45"64	46"64	47"64	48"64	49"64	50"64	51"64	52"64	53"64	54"64	55"64	56"64	58"64
400m	JESV	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"74	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	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
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	
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	
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	JESV	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	
2 000m Steeple	CJ		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	CJESV			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	144km	141km600	139km200	137km	134km	132km	130km	127km	125km	120km										

*épreuves en salle

BARÈME BENJAMINS / BENJAMINES		
	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

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

QUALIFICATIONS AUX CHAMPIONNATS DE France

SAISON ESTIVALE 2023

Ces informations sont communiquées à titre indicatif.

Toutes les informations concernant les championnats de France sont disponibles sur le site www.athle.fr

Calendrier des championnats de France – saison estivale 2023

- 22/04 : Championnats de France 10000m et de durée – Pacé (BRE)
- 27-28/05 : Challenge National Equip’Athlé Minimes (Dreux) (CEN)
- 24-25/06 : Championnats Nationaux Masters – Laval (P-L)
- 02-03/07 : Championnats de France d’Epreuves Combinées – Compiègne (H-F)
- 01-02/07 : Championnats de France Espoirs – à déterminer
- 08-09/07 : Finale Nationale des Pointes d’Or Colette Besson – Toulon (PCA)
- 14-16/07 : Championnats de France Cadets-Juniors – Chateauroux (CEN)
- 22-23/07 : Open de France – Bondoufle (I-F)
- 28-30/07 : Championnats de France Elite – Albi (OCC)

Modalités de qualification

Les qualifications pour les Championnats Elites sur réalisation d’un minima complété par le ranking W.A. Cette compétition est réservée aux athlètes français.

Les qualifications aux Championnats de Cadets, Juniors et Espoirs et à l’Open de France se feront sur réalisation d’un minima complété au bilan.

Les qualifications aux Championnats de France d’Epreuves Combinées se feront aux bilans + minima..

Modalités d’engagement

A la date indiquée pour chaque Championnat, la FFA publie une liste des athlètes qualifiables. **Par défaut les athlètes sont non confirmés.**

Il appartient alors aux clubs de **procéder à l’engagement des athlètes** qui souhaitent participer à ces championnats avant la date limite indiquée.

A l’issue de cette période d’engagement, la FFA publie la liste définitive des qualifiés en tenant compte du nombre de places disponibles par épreuve.

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**
- Compétitions sur route et cross-country : **cnchs@athle.fr**
- Compétitions de Marche piste, en salle, route : **cnm@athle.fr**
- Compétitions Masters piste, en salle : **cnv@athle.fr**
- Compétitions Sport en entreprise : **cnse@athle.fr**