



COMITE DEPARTEMENTAL DE L'OISE D'ATHLETISME

1^o journée du C.D.O.A. en salle pour les benjamins et minimes

et poussins 2^{ème} année

Samedi 26 novembre 2011 à Nogent sur Oise (salle Marie Curie)

Il est plus que souhaitable de faire un triathlon : une course + un saut + lancer de poids voire un quadrathlon, en faisant deux courses (impossible de faire deux sauts) et sans doubler 1000m et marche.

Essais : 3 en longueur, triple et poids - 8 en hauteur et perche

Ouverture de la salle

14 H 00

Ouverture du secrétariat

14 H 15

Constitution du jury

Mise en place du jury

14 H 30

Courses	CAT	S	HORAIRE	Longueur / Triple Saut (2 aires)	Hauteur (côté virage)	Hauteur (côté poids)	Perche **	Poids (2 aires)
				LONGUEUR				
1 KM marche	PO2	F H	15 H 00	M F				PO2 H
2 KM marche (*)	B	F H		<i>sauf celles faisant la marche</i>				<i>sauf ceux faisant la marche</i>
2 KM marche (*)	M	F						
3 KM marche (*)	M	H						
50 M	B	F	15 H 30					PO2 H
								<i>ceux ayant fait la marche</i>
			15 H 45	PO2 F	B H	M H	BF/BH/MF/MH	M H
50 M Haies	B	F	16 H 00		<i>le concours pourra être avancé si pas de concurrent à la marche</i>	<i>le concours pourra être avancé si pas de concurrent à la marche</i>	<i>le concours pourra être avancé si pas de concurrent à la marche</i>	<i>ceux faisant le triple saut</i>
50 M Haies	M	F	16 H 10					PO2 F
50 M	M	F	16 H 20					
			16 H 30	B F				
				<i>+ MF ayant fait la marche</i>				
50 M	PO2	H	16 H 50					M F
			17 H 05					
				TRIPLE SAUT				
50 M Haies	PO2	H	17 H 15	B H				
50 M Haies	PO2	F	17 H 25					
			17 H 30					B F
50 M	PO2	F	17 H 40					
			17 H 50					
50 M	B	H	18 H 00	M H	PO2 H	PO2 H		
			18 H 15		<i>le concours pourra être avancé si les deux concours précédents sont terminés avant</i>			M H
50 M Haies	B	H	18 H 25					<i>ceux ayant fait la hauteur ou la perche</i>
50 M Haies	M	H	18 H 35					
			18 H 45	PO2 H				B H
50 M	M	H	18 H 50					
1 000 M	M	H	19 H 10					
1 000 M	M	F	19 H 20					
1 000 M	B	F	19 H 30					
1 000 M	PO2	F	19 H 40					
1 000 M	PO2	H	19 H 50					
1 000 M	B	H	20 H 00					
FIN DE LA COMPETITION			20 H 15	Rangement du matériel				

(*) départ simultané

(**) le jury perche se répartit sur les deux concours de hauteur

Rappels et précisions:

- Les horaires sont donnés à titre indicatif
- Clôture des inscriptions à 14 h 30
- Attention, en longueur/triple : 4 sautoirs (si nécessaire)



COMITE DEPARTEMENTAL DE L'OISE D'ATHLETISME

2^e journée du C.D.O.A. en salle pour les b enjamins et minimes

et poussins 2^{ème} année

Samedi 10 décembre 2011 à Nogent sur Oise (salle Marie Curie)

Il est plus que souhaitable de faire un triathlon : une course + un saut + lancer de poids voire un quadrathlon, en faisant deux courses (impossible de faire deux sauts) et sans doubler 1000m et marche.

Essais : 3 en longueur, triple et poids - 8 en hauteur et perche

Ouverture de la salle

14 H 00

Ouverture du secrétariat

14 H 15

Constitution du jury

Mise en place du jury

14 H 30

Courses	CAT	S	HORAIRE	Longueur / Triple Saut (2 aires)	Hauteur (côté virage)	Hauteur (côté poids)	Perche **	Poids (2 aires)
				LONGUEUR				
1 KM marche	PO2	F H	15 H 00	M H				PO2 F
2 KM marche (*)	B	F H		<i>sauf ceux faisant la marche</i>				<i>sauf celles faisant la marche</i>
2 KM marche (*)	M	F						
3 KM marche (*)	M	H						
50 M	B	H	15 H 30					PO2 F
								<i>celles ayant fait la marche</i>
			15 H 45	PO2 H	B F	M F	BF/BH/MF/MH	M F
50 M Haies	B	H	16 H 00		<i>le concours pourra être avancé si pas de concurrent à la marche</i>	<i>le concours pourra être avancé si pas de concurrent à la marche</i>	<i>le concours pourra être avancé si pas de concurrent à la marche</i>	<i>celles faisant le triple saut</i>
50 M Haies	M	H	16 H 10					PO2 H
50 M	M	H	16 H 20					
			16 H 30	B H				
				<i>+ MH ayant fait la marche</i>				
50 M	PO2	F	16 H 50					M H
			17 H 05					
				TRIPLE SAUT				
50 M Haies	PO2	F	17 H 15	B F				
50 M Haies	PO2	H	17 H 25					
			17 H 30					B H
50 M	PO2	H	17 H 40					
			17 H 50					
50 M	B	F	18 H 00	M F	PO2 F	PO2 F		
			18 H 15		<i>le concours pourra être avancé si les deux concours précédents sont terminés avant</i>			M F
50 M Haies	B	F	18 H 25					<i>celles ayant fait la hauteur ou la perche</i>
50 M Haies	M	F	18 H 35					
			18 H 45	PO2 F				B F
50 M	M	F	18 H 50					
1 000 M	M	F	19 H 10					
1 000 M	M	H	19 H 20					
1 000 M	B	H	19 H 30					
1 000 M	PO2	H	19 H 40					
1 000 M	PO2	F	19 H 50					
1 000 M	B	F	20 H 00					
FIN DE LA COMPETITION			20 H 15	Rangement du matériel				

(*) départ simultané

(**) le jury perche se répartit sur les deux concours de hauteur

Rappels et précisions:

- Les horaires sont donnés à titre indicatif
- Clôture des inscriptions à 14 h 30
- Attention, en longueur/triple : 4 sautoirs (si nécessaire)