



Samedi 20 novembre 2021

LASER-RUN A TRETS



PROGRAMME :

Tir/Course : Gymnase du Collège à TRETS (11 avenue Marius Jatteaux)

13h30: Accueil des participants au Gymnase du Collège de Trets

13h40: Début de l'échauffement collectif (tir-course)

14h : Début des séries(*)

- ❖ 14h00 U13 ET MASTERS 60+ (Tir à 5m, et courses de 400m)
- ❖ 14h20 U9 - U11 (Tir à 5m et courses de 400m)
- ❖ 14h45 U15 (Tir à 10m et courses de 400m)
- ❖ 15h15 Masters 40+/50+ (Tir à 10m et courses de 400m)
- ❖ 15h45 U17 (Tir à 10m et courses de 800m)
- ❖ 16h15 U19, U22 et SENIORS (Tir à 10m et courses de 800m)

17h : Remise des prix

(*)Chaque série commencera par un échauffement de 10 minutes. Le déroulement précis des séries sera établi en fonction des inscriptions et **pourra donc être modifié/avancé** le jour même avec des regroupements de certaines catégories,

Merci aux clubs d'apporter cibles et batteries externes.

Inscriptions à faire auprès des clubs qui devront nous transmettre la liste des inscrits au plus tard jeudi 18 novembre soir. Pas d'inscriptions sur place.

Frais d'inscription : 5 euros par athlète à régler sur place par le club à l'organisateur le jour de la compétition.

Une buvette sera organisée sur place au gymnase du Collège.



Samedi 20 novembre 2021

LASER-RUN A TRETS



RAPPEL DES CATEGORIES

U9	NES EN 2014 OU APRES 2014	2X200M	TIR 5M - 2 mains
U11	NES EN 2012-2013	2X400M	TIR 5M - 2 mains
U13	NES EN 2010-2011	3X400M	TIR 5M
U15	NES EN 2008-2009	4X400M	TIR 10M
U17	NES EN 2006-2007	3X800M	TIR 10M
U19	NES EN 2004-2005	4X800M	TIR 10M
U22	NES EN 2001-2002-2003	4X800M	TIR 10M
SENIOR	NES ENTRE 1983 ET 2000	4X800M	TIR 10M
M40+	NES ENTRE 1973 ET 1982	4X400M	TIR 10M
M50+	NES ENTRE 1963 ET 1972	3X400M	TIR 10M
M60+	NES ENTRE 1953 ET 1972	3X400M	TIR 5M