



TRIATHLON TETRATHLON EN SALLE BENJAMIN(E)S

DIMANCHE 18 JANVIER 2026

SALLE JULES LADOUMÈGUE PORTE DE PANTIN

ZONE B - EST

9h00

CONFIRMATION DES INSCRIPTIONS

FORMATION DES JURYS

9h30

MISE EN PLACE DU JURY

ET

CLÔTURE DES INSCRIPTIONS

	<u>COURSES</u>	<u>HAUTEUR</u>	<u>PERCHE</u>	<u>TRIPLE-SAUT</u> <u>LONGUEUR</u> Sautoir Haut	<u>SAUTOIR</u> <u>LONGUEUR</u> Sautoir Bas	<u>POIDS</u>	<u>MEDECINE-</u> <u>BALL</u>
10h00	<u>50M BEF</u>	BEM	TC	<u>LONG/</u> <u>TRIPLE BEM</u>	<u>LONGUEUR BEM</u>	BEF (2kg)	BEF (2kg)
10h10							
10h20							
10h50	<u>50M HAIES BEF</u>	BEF		<u>LONG/</u> <u>TRIPLE BEF</u>	<u>LONGUEUR BEF</u>	BEM (3KG)	BEM (3Kg)
11h15	<u>50M HAIES BEM</u>						
11h30	<u>50M BEM</u>						
12h15	<u>1000m BEF tetra/tri</u> <u>1000m BEM tetra/tri</u>						
13h00	<u>FIN</u>						

MEDECINE-BALL : Lancer arrière

3 essais pour les concours de longueur, triple-saut, poids et medecine-ball

Triathlon Général : 1 course + 1 saut + 1 lancer

Triathlon Orienté : 2 courses (sprint et haies) + 1 concours

Possibilité d'effectuer un tétérathlon : Epreuves ci-dessous obligatoires

Tétrathlon BEF : 50 haies - Hauteur - Poids - 1000m

Tétrathlon BEM : 50 haies - Perche ou Longueur - Poids - 1000m

Courses de haies			
50m 5 haies	Départ à 1ère haie	Intervalles	Dernière haie Arrivée
BEF - 0,65 m	11m50	7m50	8m50
BEM - 0,65 m	11m50	7m50	8m50

JURY : Les clubs doivent fournir 1 juge minimum puis 1 supplémentaire par tranche de 5 athlètes.

Nécessité de 35 juges pour faire tourner la compétition

ENGAGEMENTS sur cda94.athle.com jusqu'au JEUDI 15 JANVIER 22h00

Clubs du Groupe Zone B - Est	
VGA DE ST MAUR	US FONTENAY-SOUS-BOIS
VINCENNES ATHLETIC	ES CAUDACIENNE
ENTENTE ATHLETISME 94	SCA DE BRY-SUR-MARNE
ASA MAISONS-ALFORT	CLUB ATHLE PLESSIS 94
ES SUCY-EN-BRIE	RSC CHAMPIGNY
US VILLECRESNES	