

FEDERATION FRANCAISE D'ATHLETISME
LIGUE CORSE D'ATHLETISME

EQUIP'ATHLE Journee hivernale

DIMANCHE 22 janvier 2012

PORTO-VECCHIO

	COURSES	CATEGORIE	MULTIBONDS	MEDECINE-BALL	HAUTEUR
12 heures 30					
30m.Haies	1ère course Brassage	EAF - EAG PF-PG (50) BF-BG (65)	MG	CG 5Kg	MF + CF
	2ème course Finale	EAF - EAG PF-PG (50) BF-BG (65)			
13 heures 15					
30m.Haies	1ère course Brassage	MF-MG (76/84) CF-CG (76/91)	BG	EAF - EAG 500Gr PF + PG 1Kg - 2Kg	BF
	2ème course Finale	MF-MG (76/84) CF-CG (76/91)			
15 heures 00					
	MULTIBONDS 1		MULTIBONDS 2	MEDECINE-BALL	HAUTEUR
	MF + CF		BF	BG + MF 3Kg	CG
15 heures 45					
30 mètres	1ère course Brassage	EAF - EAG PF-PG BF -BG	CG	MG + CF 4kg	MG
	2ème course Finale	EAF - EAG PF-PG BF -BG			
16 heures 30					
30 mètres	1ère course Brassage	MF-MG CF-CG	EAF - EAG	BF 2Kg	BG
	2ème course Finale	MF-MG CF-CG	PF + PG		
<p>2 courses pour tous les athlètes La meilleure performance sera prise en compte 4 essais pour les multibonds et le medecine-ball 8 sauts pour la hauteur, si le 8ème est réussi poursuite du concours jusqu'au 1er échec Pas de hauteur pour les poussins - poussines et éveil athlétique</p>					