1er TOUR INTERCLUBS Nationale 2 et 3 - Régionale Promotion à

St BRIEUC - VANNES – PONT L'ABBE - FOUGERES

COURSES	HORAIRES	CONCOURS							
		Hauteur	Longueur	Perche	Triple	Poids	Disque	Javelot	Marteau
3000 marche F	**10H30**								
5000 marche H	**11H00**								
400 haies Nat F	**11H35**	Nat F	Nat F	Nat+R F	Nat F	Rég H	Rég F	Nat H	Nat H
400 haies Reg F	**11H45**								
400 haies Nat H	**11H55**								
400 haies Reg H	**12H05**								
400 m Nat F	**12H15**								
400 m Reg F	**12H20**								
400 m Nat H	**12H25**								
400 m Reg H	**12H30**								
800 m Nat F	**12H40**								
800 m Reg F	**12H45**	Rég F	Rég H		Nat H	Rég F	Rég H	Nat F	
800 m Nat H	**12H50**								Nat F
800 m Reg H	**12H55**								
200 m Nat F	**13H00**								
200 m Reg F	**13H05**								
200 m Nat H	**13H10**								
200 m Reg H	**13H15**								
1500 m Nat F	**13H25**			Nat+R H					
1500 m Reg F	**13H35**				Rég F	Nat F	Nat F	Rég F	
1500 m Nat H	**13H45**	Rég H							
1500 m R2 H	**13H55**								
110 haies Nat H	**14H15**		Nat H						Rég H
110 haies Reg H	**14H20**								
100 haies Nat F	**14H30**								
100 haies Reg F	**14H35**								
100 m Nat F	**14H45**								
100 m Reg F	**14H55**								
		HEURE LIMITE DE REMISE DES COMPOSITION DES EQUIPES DE RELAIS							
100 m Nat H	**15H00**				Rég H	Nat H	Nat H		
100 m Reg H	**15H05**	Nat H							
3000 steeple H	**15H15**								
3000 m F Nat	**15H35**		Rég F					Rég H	Rég F
3000 m F Reg	**15H45**								
3000 m H Nat	**16H00**								
3000 m F Reg	**16H15**								
4 x 100 m Nat F	**16H30**								
4 x 100 m Reg F	**16H45**								
4 x 100 m Nat H	**16H55**								
4 x 100 m Reg H	**17H05**								
4 x 400 m Nat F	**17H15**								
4 x 400 m Reg F	**17H25**								
4 x 400 m Nat H	**175H35**								
4 x 400 m Reg H	**17H45**								