



Règlement

Match Interclubs indoor du Racing-Club-Nantais

Samedi 3 Février 2024

**Stadium Métropolitain Pierre QUINON
Boulevard Guy MOLLET Nantes**

Clubs participants : RCN, NMA , OVA, E2A, ACLR, ACL44, CAC, ACPA, NEC

Épreuves : 60m, 60mhaies, 200m, 400m, 400mhaies, 3000m/5000m marche, 4x1tour mixte, Longueur, Triple saut, Perche, Hauteur, Poids

Engagement avant le mardi 30 janvier 23h59 (Athlètes + Jurys) sur site [FFA 44](#), rubrique Qualifié/Engagement 44.

- **RAPPEL :**

Pointes 6mm MAXIMUM !

Tenue des athlètes : Le port du maillot aux couleurs du club est obligatoire.

JURY : 4 juges à engager par club inscrit (dont minimum 3 concours).

Engagement des athlètes en amont et confirmation des équipes par le responsable d'équipe le Jour-J.

- **Règles générales**

Classement : A la place au scratch en prenant le meilleur H et la meilleur F du club par épreuve (Si 10 clubs : 1er : 10pts, 2ème : 9pts, ect..)

Un athlète a possibilité de doubler seulement en réalisant une course et un concours hors relais 4x1tour

- **Chambre d'appel**

Chambre d'appel : 15min avant les courses

1h15 avant pour la perche

45min avant pour le poids

- **Courses**

Séries par niveau

Nombre d'athlètes engagés maximum par épreuves et par clubs :

60/60H : 5F/5H

200/400/400mHaies : 4F/4H

Marche : 2F/2H

Relais 4 x 1tours Mixte (2F-2H ordre imposé)

Haies : hauteur de haies de catégorie de l'athlète sur 60m Haies, 400mHaies 0,76 pour les femmes et 0,91 pour les Hommes.

- **Concours**

4 essais dans les concours

Nombre d'athlètes engagés maximum par épreuves et par clubs : 2F/2H par concours

Montées de barre :

Hauteur 5cm/5cm

Perche 20cm/20cm, puis 15cm, puis 10cm.

Lancer du Poids : Engin au poids de la catégorie.