



Meeting Indoor Régional du Racing-Club-Nantais

Dimanche 17 Décembre 2023

Stadium Métropolitain Pierre QUINON

Boulevard Guy MOLLET Nantes

Epreuves Anneau + Perche et Poids

Finales Directes composées au Bilan FFA 2022/3 (piste et indoor)

200 m (Ca à Ma) - 400 m (Ca à Ma) - 800 m (Ca à Ma) - 3000m (Es à Ma) - 4 x 200 m (Cad / Ju H/F)

3000m Marche F et 5000m Marche H (Ca à Ma) ---Poids et Perche (Ca à Ma)

(Dossards pour 400, 800, 3000, et marche) Pointes 6mm maxi

Fin des Engagements Mardi 12/12 à 23h59 [sur site FFA 44](https://www.ffa.fr), rubrique Qualifié/Qualifié '44'
(Concours de Perche de Niveau en fonction des engagements, Noter votre 1ere barre demandé)

Informations site RCN <https://www.rcnantais.fr>

Fin des confirmations 45' avant chaque Epreuve

Programme prévisionnel susceptible d'être modifié selon le nombre de participants

Horaire	Epreuve	Catégorie	Nb de Série prévue	Horaire	Epreuve	Catégorie
10h00	3000m Marche	Ca à Ma F	2/	10h15	Perche	Concours C ; TC F/TCM 1 ^{ere} Barre 2,02
10h45	5000m Marche	Ca à Ma M	2/			
11h45	200m	Ca à Ma F	3 élites + 27			
13h15	Pause Starters			13h00	Poids	TCF
14h00	200m	Ca à Ma M	3 élites + 27	14h00	Perche	Concours B ; TC F/TCM 1 ^{ere} Barre 3,02
15h30	800m	Ca à Ma F	5/	15h30	Poids	TCM
16h00	800m	Ca à Ma M	6/			
16h30	4x 1 tour	CaF / JuF	2/			
16h50	4x 1 tour	CaM / JuM	2/	16h45	Perche	Concours A TCM 1 ^{ere} Barre 4,02
17h15	400m	Ca à Ma F	8/			
17h45	400m	Ca à Ma M	12/			
18h30	3000m	Es à Ma M Es à Ma M	Finale A Finale B			
18h50	3000m	Es à Ma F	Finale A			

Meeting ouvert à partir de Cadets H & F

(pour les Cadets(es) 1 seule Course autorisée sauf 200m/4x200m)

Tenue des athlètes : Le port du maillot aux couleurs du club est obligatoire. (Règle F.143S1)

