Meeting Régional et Championnats Départementaux 44 de Lancers Hivernaux - Cadets et +

Dimanche 8 novembre 2026

Stade d'athlétisme, Saint Julien de Concelles
Disque, Javelot, Marteau

HORAIRES DÉFINITIFS (version au 03/11)

Pas de confirmation, échauffement sur les aires de lancers 30min avant l'épreuve

Marteau			Disque			Javelot		
Horaire Début de Concours	**Catégorie - Poids d'engin**	**Horaire Fin de concours**	**Horaire Début de Concours**	**Catégorie - Poids d'engin**	**Horaire Fin de concours**	**Horaire Début de Concours**	**Catégorie - Poids d'engin**	**Horaire Fin de concours**
10h	CAF (16) - 3kg	11h15	10h	MAM (4) -1kg MAM (8) - 1,5kg	11h15	10h	JUM (2) / ESM (1) / SEM (4) / MAM (5) - 800g	11h15
11h40	JUF (5) / ESF (5) SEF (1) - 4kg	12h40	11h40	CAM (7) - 1,5kg JUM - 1,75kg	12h25	11h40	CAF (9) / MAF - 500g	12h40
Pause Jury (12h45-13h15)			*Pause Jury (12h30-13h)*			*Pause Jury (12h45-13h15)*		
13h30	MAF (4) - 3kg MAF (4) / MAM (1) - 4kg	14h30	13h15	ESM (1) / SEM (6) / MAM (6) - 2kg	14h35	13h30	CAM (8) / MAM (6) - 700g	15h
14h55	ESM (1) /SEM (6) / MAM (4) - 7kg	15h55	15h	CAF (7) / JUF (7) - 1kg	16h25	15h25	JUF (4) /ESF (1) / SEF / MAF (1)MAM (4) - 600g	16h25
16h20	CAM (4) /MAM (4) - 5kg JUM (1) / MAM (6) - 6kg	17h50	16h50	ESF (1) / SEF (5) /MAF (7) - 1kg	18h05			

Règlement : 3+3 pour les 8 meilleurs dans toutes les catégories et chaque poids d'engin, mais pas de classement après le 3ème essai, les 6 essais s'enchaînent dans l'ordre définis avant le concours

Tenue des athlètes : Le port du maillot aux couleurs du club est obligatoire. (Règle F.143§1)

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