



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

Engagements Athlètes et Jury avant le Mardi 3/11 à 14h via le site du CD44.

Horaires

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 / MAF - 3kg	11h	10h	MAM -1kg MAM - 1,5kg	11h	10h	JUM / ESM / SEM - 800g	11h15
11h20	JUF / ESF- 4kg	12h15	11h20	CAM - 1,5kg JUM - 1,75kg	12h35	11h40	CAF / MAF - 500g MAM - 600g MAM - 800g	12h55
Pause Jury (12h15-12h45)			Pause Jury (12h35-13h)			Pause Jury (12h55-13h25)		
13h	SEF / MAF / MAM - 4kg	13h50	13h15	ESM / SEM / MAM - 2kg	14h15	13h30	CAM / MAM - 700g	14h20
14h15	ESM / SEM / MAM - 7kg	15h30	14h35	CAF / JUF - 1kg	15h25	14h45	JUF / ESF / SEF / MAF - 600g	15h45
15h55	CAM / MAM - 5kg JUM / MAM - 6kg	17h10	15h55	ESF / SEF / MAF - 1kg	17h25			

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>