

SMAC Namur : Meeting estival

Vendredi 18 août 2023 à 18h, Centre Adeps de Jambes

Inscription en ligne OBLIGATOIRE via www.liveathletics.be/smac
 Modification de l'horaire possible en fonction des inscriptions

| Heures | Courses | Catégories | | Heures | Concours | Catégories |
|--------|---------|---------------------------|--|--------|----------|---|
| 18h00 | 60m | Benjamines / benjamins | | 18h00 | Perche | Minimes filles / garçons TC hommes et dames CONCOURS UNIQUE |
| 18h20 | 100 m | TTC Femmes | | | Longueur | Pupilles Filles |
| | | | | | Poids | Scolaires hommes, Masters M 60-65: 5kg Juniors hommes, Masters M 50-55: 6kg Seniors hommes, Masters M 35-40-45: 7,260kg |
| | | | | 18h30 | Longueur | Pupilles garçons |
| 18h40 | 100 m | TTC Hommes | | 19h00 | Poids | Benjamines / benjamins 1kg |
| | | | | | Hauteur | TC Dames |
| 19h00 | 80m | Minimes filles / garçons | | | Javelot | Cadets hommes, Masters M60-65 : 600gr Scolaires hommes, Masters M50-55 : 700gr Senior-junior Hommes, Masters M35-40-45: 800gr |
| 19h20 | 60m | Pupilles filles / garçons | | 19h45 | Poids | Cadettes, Scolaires dames, Masters W 50-70 : 3kg Cadets hommes, Juniores dames, Seniors dames, Masters W 35-40-45, Masters M70-75: 4kg |
| 19h40 | 600m | Benjamines / benjamins | | 20h00 | Perche | TC Dames et hommes CONCOURS 2 |
| 20h00 | 1000m | Pupilles filles / garçons | | | Javelot | Minimes filles / garçons: 400gr |
| 20h20 | 400 m | TTC Femmes | | 20h30 | Hauteur | TC hommes |
| | 400m | TTC hommes | | | Javelot | Cadettes 500gr, Scolaires dames 500gr, Juniors-seniors dames, Masters W 35-40-45 600gr |

| Heures | Courses | Catégories | | Heures | Concours | Catégories |
|--------|---------|--------------------------|--|--|----------|------------|
| 20h40 | 800m | TTC Femmes | | Perche concours unique : 1m75-1m95 puis de 10cm en 10cm | | |
| | 800m | TTC hommes | | Hauteur dames: 1m10 + 5 cm jusque 1m50 puis de 3cm en 3cm | | |
| 21h00 | 1000m | Minimes filles / garçons | | Hauteur hommes: 1m25 + 5cm jusque 1m70 puis de 3cm en 3 cm | | |