

SMAC NAMUR : Meeting ouvert samedi 16 avril 2022

10h00

Centre Adeps Jambes

Horaire modifié : 15/4

Païement des épreuves à la confirmation maximum 1heure avant.

Heures	Courses	Catégories	Heures	Concours	Catégories
10H00	60m	Benjamines / benjamins	10H00	Disque	Pupilles filles / garçons
10H30	60m	Pupilles filles / garçons	10H00	Poids	Minimes filles
11H00	600m	Benjamines / benjamins	10H30	Poids	Minimes garçons
				Disque	Minimes filles
11h20	80m	Minimes filles puis garçons	11H00	Poids	Pupilles filles / garçons
			11h00	Disque	Minimes garçons
			11h30	hauteur	Pupilles filles / garçons
12h20	1000 m	Pupilles filles / garçons	11h30	Poids	Benjamines / benjamins
12H30	1000m	Minimes filles puis garçons	11h40	Javelot	Minimes filles / garçons
			12h10	Javelot	Minimes garçons
13h00	100m	TTC dames	13H00	Perche	Minimes + TTC Dames et hommes concours 1
13h30	100m	TTC hommes	13H00	Hauteur	TTC hommes
			13H00	Poids	Sen.,master hommes 7kg/ Jun. hommes 6 kg/ master hommes 6kg/ master hommes 5kg
14h00	800m	TTC dames	14h30	Hauteur	TTC Femmes
14h30	800m	TTC Hommes	14H00	Poids	Poids Sen dames 4kg Master dames 4kg Master hommes 4kg Master dames 3kg
15h00	300m haies	cadets / cadettes (76cm) masters dames/Hommes M60 M65	15H00	Perche	TTC Dames et hommes concours 2
15h15	400mhaies	scolaires/ Juniores/ seniores/maaster dames (76cm)	15H00	Disque	TTC Femmes 1kg cadets Hommes 1kg master hommes 1kg
15h30	400mhaies	scolaires hommes Master hommes M50/55 (84cm)	15H00	longueur	TTC hommes
15h45	400mhaies	juniors, seniors, masters hommes (91 cm)	16h20	Disque	Seniors hommes 2kg juniors hommes 1,75kg master hommes 2kg master hommes 1,5kg Scolaires hommes 1,5kg
16h00	400m	TTC dames	16H20	longueur	TTC dames

Heures	Courses	Catégories		Heures	Concours	Catégories
16h15	400m	TTC hommes			Perche concours 1 : 1m71 puis de 10 en 10. Perche concours 2 : 2m91 puis de 10 en 10 Hauteur hommes : 1m15/1m25/1m30 + 5cm Hauteur dames : 1m10/1m20/1m25 + 5cm Hauteur Pupilles : 90cm+ 5cm jusque 1m20 puis de 3 en 3	
16h30	3000m	juniors, seniors, masters dames				
16h45	3000m	juniors, seniors, masters dames				