1ER TOUR INTERCLUBS NATIONALE 2 ET 3 RÉGIONALE ET PROMOTION À VANNES – SAINT -RENAN – FOUGERES – PAIMPOL

Nat = National 2 pour Vannes et St Renan, pour Fougères et Paimpol possibilité de mélanger les Nat et Reg Promo

COURSES	HORAIRES	CONCOURS							
		Hauteur	**Longueur**	**Perche**	**Triple**	**Poids**	**Disque**	**Javelot**	**Marteau**
3000 marche F	**10 H 00**								
5000 marche H	**10 H 40**								
400 haies Nat F	**11 H 20**	Nat F	Nat F	Nat+R F	Nat F	Rég H	Rég F	Nat H	Nat H
400 haies Reg F	**11 H 30**								
400 haies Nat H	**11 H 40**								
400 haies Reg H	**11 H 50**								
400 m Nat F	**12 H 00**								
400 m Reg F	**12 H 10**								
400 m Nat H	**12 H 20**								
400 m Reg H	**12 H 30**								
800 m Nat F	**12 H 40**								
800 m Reg F	**12 H 50**	Rég F	Rég H		Nat H	Rég F	Rég H	Nat F	
800 m Nat H	**12 H 55**								Nat F
800 m Reg H	**13 H 00**								
200 m Nat F	**13 H 10**								
200 m Reg F	**13 H 15**								
200 m Nat H	**13 H 25**								
200 m Reg H	**13 H 35**								
1500 m Nat F	**13 H 55**			Nat+R H					
1500 m Reg F	**14 H 00**				Rég F	Nat F	Nat F	Rég F	
1500 m Nat H	**14 H 10**	Rég H							
1500 m R2 H	**14 H 20**								
110 haies Nat H	**14 H 30**		Nat H						Rég H
110 haies Reg H	**14 H 40**								
100 haies Nat F	**14 H 50**								
100 haies Reg F	**15 H 00**								
100 m Nat F	**15 H 15**								
100 m Reg F	**15 H 20**								
	15 H 20	**HEURE LIMITE DE REMISE DES COMPOSITION DES EQUIPES DE RELAIS**							
100 m Nat H	**15 H 25**				Rég H	Nat H	Nat H		
100 m Reg H	**15 H 30**	Nat H							
3000 steeple H	**15 H 40**								
3000mF Nat+Reg	**15 H 55**		Rég F					Rég H	Rég F
3000 m H Nat	**16 H 15**								
3000 m F Reg	**16 H 30**								
4 x 100 m Nat F	**16 H 45**								
4 x 100 m Reg F	**17 H 00**								
4 x 100 m Nat H	**17 H 10**								
4 x 100 m Reg H	**17 H 20**								
4 x 400 m Nat F	**17 H 30**								
4 x 400 m Reg F	**17 H 40**								
4 x 400 m Nat H	**17 H 50**								
4 x 400 m Reg H	**18 H 00**								