



UFOLEP/FFA
Triathlon - Quadrathlon
1ère journée
Samedi 25 mars 2023
Limoges Beaublanc

	COURSES	HAUT		LONG	T-SAUT	PDS	DISQ	JAVE		
		1	2							
14h15	50H BM									
14h30		BM		MM	MF	CJSF	CJSM	MM		
14h35	50H BF									
14h55	80H MF									
15h15	100H MM - CJSF									
15h20		MM		MF	CJSM	BF	BM	BM		
15h30	110H CJSM									
15h50	4 x 60m BF- MF BM-MM									
16h05	4 X 100m CJSVF CJSVM			CJSF						
16h20	120m MF									
16h35	120m MM	CJSM								
16h50	200m CJS F et M			BM	BF	MF	MM	CJSM		
17h10	400m CJS F et M									
17h20	800m CJS F et M									
17h30	1000m BF et BM									
17h30	2000m MF 2000m MM									

NB.

- Benjamins Fém. & Masc.: pas plus de 3 épreuves 1 course .1 saut, 1 lancer
- Minimes : une 4^{ème} épreuve est autorisée
- Sauts et Lancers 4 essais pour les benjamins et minimes qui peuvent être réduits à 3 si le nombre de participants est trop important