



# Départementaux de lancers longs

Samedi 8 novembre 2025 (Be/Mi 44)

Stade d'athlétisme, Saint Julien de Concelles

Disque, Javelot, Marteau

## Horaires définitifs

Pas de confirmation, échauffement sur les aires de lancers 30min avant l'épreuve

| 13h30 - Mise en place Jury Marteau |                               |                               | 13h30 - Mise en place Jury Disque |                                   |                               | 13h30 - Mise en place Jury Javelot |                           |                               |
|------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------|------------------------------------|---------------------------|-------------------------------|
| Marteau                            |                               |                               | Disque                            |                                   |                               | Javelot                            |                           |                               |
| Horaire<br>Début de<br>Concours    | Catégorie - Poids d'engin     | Horaire<br>Fin de<br>concours | Horaire<br>Début de<br>Concours   | Catégorie - Poids d'engin         | Horaire<br>Fin de<br>concours | Horaire<br>Début de<br>Concours    | Catégorie - Poids d'engin | Horaire<br>Fin de<br>concours |
| 14h                                | MIF - 3kg (8) - MIM - 4kg (2) | 15h                           |                                   |                                   |                               | 14h                                | BEF - 400g (16)           | 14h45                         |
|                                    |                               |                               | 15h20                             | MIF - 0,8kg (5) - MIM - 1,2kg (5) | 16h20                         | 15h05                              | BEM - 500g (13)           | 15h45                         |
| 16h                                | BEF - 2kg (8) - BEM - 3kg (5) | 16h55                         |                                   |                                   |                               | 16h05                              | MIF - 500g (7)            | 16h50                         |
|                                    |                               |                               | 17h                               | BEF - 600g (6) - BEM - 1kg (8)    | 17h55                         | 17h10                              | MIM - 600g (10)           | 17h50                         |

### Règlement :

**Benjamins** : 4 essais pour tous les athlètes.

**Minimes** : 3 essais+3essais supplémentaires pour les 8 meilleurs.

Podium pour les 3 premiers par catégorie.

**Tenue des athlètes** : Le port du maillot aux couleurs du club est obligatoire. (Règle F.143§1)

Informations site RCN : <https://www.rcnantais.fr>