

22/4/2023**FOREST (CSF)**

<i>Spécialité</i>	<i>heure début</i>	<i>Epreuve</i>	<i>Categ</i>	<i>Rmq</i>
Course	11:00	80H	4.CAD F	+ W40/45 (0.76)
	11:10	100H	5.SCO D	(0,76m) mq jaunes
	11:20	100H	Jun/Sen F + W35	(0,84m) mq jaunes
	11:25	100H	4.Cad M	(0,84m) mq jaunes
	11:40	110m H	5.Sco M	+ M35-45 (0,91m)
	12:00	400H	M: JUN/SEN + M35-40-45	(0.91)
	12:10	400H	SCO M	'SCO M + M50-55 (0.84)
	12:20	400H	F SCO/JUN/SEN + w35-40-45	(0.76)
	12:25	300H	CAD F	+ W50-55 (0.76)
	12:30	300H	CAD M	(0.76) + M60-65
	12:45	100m	TC F	
	13:20	100m	TC M	
	14:15	800m	TC F	
	14:30	800m	TC M	
	15:00	200m	TC F	
	15:30	200m	TC M	
	16:20	3000m	TC F	
	16:40	3000m	TC M	
	17:15	4x 100	TC F	
	17:30	4x 100	TC M	
Hauteur	11:00	Hauteur	Hauteur Mixte (concours n°1) - 1,03 m	
	14:00	Hauteur	Hauteur Mixte (concours n°2) - 1,33 m	
Javelot	11:00	Javelot	Javelot 800g (SEN M +M35/M40/M45)	
	12:45	Javelot	Javelot 500g (4.CAD F) et (5. SCO F+ W50 à W70+ M70/75)	
	14:30	Javelot	Javelot 600g (CAD M+JUN F + SEN F + W35/W40/W45 + M60/65) et 700g (SCO M + M50/55)	
Triple saut	11:00	Triple saut	TC (11 m /13m) mixte	
	12:30	Triple saut	TC (7m/9m) mixte	

Confirmation au plus tard 1h avant sur place.