



Meeting Régional de lancers longs

Samedi 22 novembre 2025 (CA et +)

Stade d'athlétisme, Saint Julien de Concelles

Disque, Javelot, Marteau

Samedi 22 novembre

Fin des confirmations 1h avant chaque Épreuve

Horaires prévisionnels

9h - Mise en place Jury Marteau			9h - Mise en place Jury Disque			9h - Mise en place Jury Javelot		
Marteau			Disque			Javelot		
Horaire Début de Concours	Catégorie - Poids d'engin	Horaire Fin de concours	Horaire Début de Concours	Catégorie - Poids d'engin	Horaire Fin de concours	Horaire Début de Concours	Catégorie - Poids d'engin	Horaire Fin de concours
10h	CAF - 3kg (9)	10h30	9h30	MAM - 1,5kg (6) - CAM - 1,5kg (8)	11h	10h	JUM/ESM/SEM/MAM - 800g (17)	11h
11h20	JUF/ESF - 4kg (11)	12h	11h20	JUM/MAM - 1,75kg (8)	12h05	12h	CAF/MAF - 500g (8)	12h10
12h50	SEF/MAF - 4kg (8)	13h05	12h25	ESM/SEM/MAM - 2kg (12)	13h30	13h	CAM/MAM - 700g (12)	13h30
13h55	JUM/MAM - 6kg (6) / ESM/SEM - 7kg (4)	14h25	13h50	JUF/ESF - 1kg (11)	14h50	14h30	JUF/ESF/SEF/MAF/MAM - 600g (14)	15h30
15h15	MAM - 4kg (2) / CAM/MAM - 5kg (10)	16h	15h10	SEF/MAF - 1kg (11)	16h10			
			16h30	CAF - 1kg (8)	17h15			

Règlement : 3+3 pour les 8 meilleurs dans toutes les catégories et chaque poids d'engin, mais pas de classement après le 3ème essai, les 6 essais s'enchainent dans l'ordre prédéfinis avant le concours

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

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