

HORAIRES :

Cet horaire est le même pour les 3 sites de Gonfreville l'Orcher, Vernon et Querqueville.

10 h 45 : heure limite de dépôt des modifications d'équipes

10 h 45 : réunion du jury et des responsables d'équipes

Courses	Horaire	Hauteur	Longueur	Triple	Perche	Poids	Disque	Javelot	Marteau
3000 marche F	11 h 30								
5000 marche H	11 h 55		N3 H	N3 F				Rég F	N3 H
400 haies F	12 h 40	H			F	Rég H	N3 F		
400 haies H	12 h 55								
400 m F	13 h 15								
400 m H	13 h 35		Rég H	Rég F					
800 m F	13 h 55								
800 m H	14 h 05					N3 H	Rég H	N3 F	Rég F
200 m F	14 h 30								
200 m H	14 h 50								
1500 m F	15 h 15	F	N3 F	N3 H	H				
1500 m H	15 h 25					Rég F			
110 haies H	15 h 55						N3 H	Rég H	N3 F
100 haies F	16 h 15								
100 m F	16 h 30								
100 m H	16 h 45		Rég F	Rég H					
3000 steeple H	17 h 05					N3 F	Rég F	N3 H	Reg H
3000 m F	17 h 20								
3000 m H	17 h 35								
4 x 100 m F	18 h 00								
4 x 100 m H	18 h 10								
4 x 400 m F	18 h 20								
4 x 400 m H	18 h 30								

Dans toutes les courses on commencera toujours par les séries de Nationale 3 puis de Régionale 1 et 2, celles-ci pouvant être regroupées suivant le nombre de concurrents