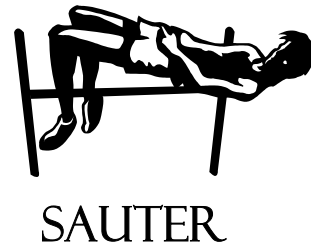
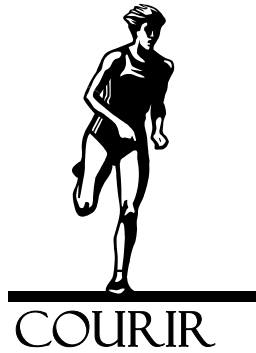


LIVRET HIVERNAL 2011

Règlement des compétitions LIFA



SOMMAIRE

GENERALITES

Page 1	L 'édito du Président
Page 2	C alendrier
Page 3	T arifs et Modalités d'engagements
Page 4	M inima d'Engagements

SAISON DE CROSS COUNTRY

Page 6	C hampionnats Régionaux de cross
Page 8	C hampionnats Ile de France de cross

SAISON EN SALLE

Page 10	C hampionnats Régionaux en salle Espoirs-Seniors
Page 12	C hampionnats Régionaux d'Epreuves Combinées
Page 14	C hampionnats Régionaux en salle Cadets et Juniors
Page 16	C hampionnats Ile de France Seniors en salle
Page 18	C hampionnats Ile de France Cadets-Juniors-Espoirs en salle
Page 21	C hallenge Equip'Athlé Cadets/Cadettes

EPREUVES HIVERNALES EN PLEIN AIR

Page 23	C ritérium Hivernal des Lancers Longs
---------	--

EPREUVES BENJAMINS/MINIMES

Page 24	M atch Interdépartemental de Cross Benjamins/Minimes
Page 25	C hampionnats Ile de France d'Epreuves Combinées Benjamins/Minimes

COMMISSIONS REGIONALES

Page 26	C ommission Régionale du Sport en Entreprise
Page 27	C ommission Régionale de Marche
Page 28	C ommission Régionale Vétérans
Page 29	C alendrier des Comités Départementaux
Page 31	B arèmes de classement
Page 34	M ontées de barres
Page 35	Q ualifications aux Championnats de France 2011

LE MOT DU PRESIDENT

L'établissement du livret hivernal et surtout le calendrier en salle est un véritable casse tête de par le manque cruel de salle pour y pratiquer l'Athlétisme de compétition.*

Nous n'avons pas d'autre choix que d'organiser un week-end de compétitions à l'INSEP début janvier (9000 Euros pour deux jours!) mais nous devons rester au service de nos athlètes et de nos entraîneurs; néanmoins je ne désespère pas d'avoir une petite ristourne d'ici cette date.

De nombreux cross se sont labellisés pour cette saison, je vous rappelle que seuls les cross labellisés seront homologués pour marquer des points.

Nous finirons cette saison hivernale avec les Championnats d'Europe en salle de Bercy où de nombreux athlètes franciliens se feront un point d'honneur de briller chez eux. Pour Bercy, nous avons encore besoin de bénévoles, contactez le site des Championnats d'Europe en allant sur le site FFA, puis Evènements, puis Paris 2011.

*La même phrase de début que l'an passé !

Jean – Jacques GODARD
Président de la Ligue de l'Île de France d'Athlétisme.

Les Nouveautés de la saison 2011

- **Un calendrier des championnats décalé.** La FFA a déplacé les championnats de France des Jeunes et Nationaux au mois de mars. En conséquence, les compétitions LIFA ont été également décalées notamment pour les championnats Cadets Juniors qui s'étaleront tout au long du mois de février.
- **Une nouvelle répartition des championnats.** La FFA a scindé les championnats des jeunes avec d'une part les Cadets-Juniors et de l'autre les Espoirs regroupés désormais avec les championnats Nationaux.
- **Qualifications aux bilans pour les championnats de France.** Il y aura désormais des qualifications au bilan à partir du premier janvier. Cependant, la ligue a décidé de maintenir son mode de qualification sur minima pour les championnats Régionaux et Ile-de-France
- **Changement des Zones Est et Ouest au cross-country.** A partir de cette saison, l'Essonne passe dans la Zone Ouest et Paris est intégré à la Zone Est.

TABLEAU DES CATEGORIES D'AGE AU 1^{er} JANVIER 2011

CATEGORIES	
VETERANS	1971 et avant
SENIORS	1972 à 1988
ESPOIRS	1989 à 1991
JUNIORS	1992 – 1993
CADETS	1994 – 1995
MINIMES	1996 – 1997
BENJAMINS	1998 – 1999
POUSSINS	2000 – 2001
EVEIL ATHLETIQUE	2002 et après

CALENDRIER DES COMPETITIONS LIFA 2011

SAISON HIVERNALE		
16 janvier	<i>Date limite championnats départementaux de cross-country</i>	
22-23 janvier	CHAMPIONNATS REGIONAUX EN SALLE ESPOIRS SENIORS	EAUBONNE
22-23 janvier	CRITERIUM LIFA HIVERNAL DE LANCERS LONGS - 1 ^{ER} TOUR	Lieu à déterminer
23 janvier	CHAMPIONNATS ILE DE FRANCE EN SALLE VETERANS	EAUBONNE
27 janvier	CHAMPIONNATS ILE DE FRANCE EN SALLE SPORT EN ENTREPRISE	PARIS – PTE DE PANTIN
29-30 janvier	CHAMPIONNATS ILE DE FRANCE EN SALLE D'ÉPREUVES COMBINÉES	EAUBONNE
30 janvier	CHAMPIONNATS REGIONAUX DE CROSS COUNTRY	Est : ROSNY SOUS BOIS (93) Ouest : ANTONY (92)
05-06 février	CHAMPIONNATS REGIONAUX EN SALLE CADETS JUNIORS	EAUBONNE
05-06 février	CRITERIUM HIVERNAL DE LANCERS LONGS - 2 ^{EME} TOUR	Lieu à déterminer
13 février	CHAMPIONNATS ILE DE FRANCE DE CROSS COUNTRY	PONTAULT-COMBAULT
13 février	CHAMPIONNATS ILE DE FRANCE EN SALLE SENIORS	EAUBONNE
26-27 février	CHAMPIONNATS ILE DE FRANCE EN SALLE CADETS JUNIORS ESPOIRS	EAUBONNE
12 mars	CHAMPIONNATS ILE DE FRANCE EN SALLE D'ÉPREUVES COMBINÉES BENJAMINS	EAUBONNE
13 mars	CHAMPIONNATS ILE DE FRANCE EN SALLE D'ÉPREUVES COMBINÉES MINIMES	EAUBONNE
19-20 mars	CHALLENGE EQUIP'ATHLÉ CADETS – TOUR HIVERNAL LIFA	EAUBONNE
SAISON ESTIVALE		
30 avril	CHAMPIONNATS ILE DE FRANCE VETERANS	Lieu à déterminer
07-08 mai	CHAMPIONNATS INTERCLUBS LIFA - 1 ^{ER} TOUR	
15 mai	<i>Date limite championnats départementaux d'épreuves combinées</i>	
21-22 mai	CHAMPIONNATS INTERCLUBS LIFA - 2 ^{EME} TOUR	
25 mai	CHAMPIONNATS ILE DE FRANCE DE RELAIS	Lieu à déterminer
02 juin	CHAMPIONNATS ILE DE FRANCE TRIATHLON BENJAMINS MINIMES	Lieu à déterminer
05 juin	<i>Date limite championnats départementaux</i>	
11-12 juin	CHAMPIONNATS REGIONAUX ESPOIRS SENIORS	Lieu à déterminer
11-12 juin	CHAMPIONNATS ILE DE FRANCE D'ÉPREUVES COMBINÉES CA/JU/ES/SE CHAMPIONNATS ILE DE FRANCE D'ÉPREUVES COMBINÉES BE MI	Lieu à déterminer
15 juin	CHAMPIONNATS REGIONAUX DE DEMI-FOND LONG	Lieu à déterminer
18-19 juin	CHAMPIONNATS REGIONAUX CADETS JUNIORS	MONTGERON
25-26 juin	CHAMPIONNATS ILE DE FRANCE ESPOIRS SENIORS	Lieu à déterminer
26 juin	CHAMPIONNATS ILE DE FRANCE MINIMES	Lieu à déterminer
29 juin	CHAMPIONNATS ILE DE FRANCE DE DEMI-FOND LONG	Lieu à déterminer
02-03 juillet	CHAMPIONNATS ILE DE FRANCE CADETS JUNIORS	PONTOISE
10 juillet	MEETING LIFA	Lieu à déterminer
SAISON AUTOMNALE		
17 septembre	WEIGHT PENTATHLON VETERANS	LONGJUMEAU
24 septembre	CHALLENGE REGIONAL VETERANS DE PENTATHLON	Lieu à déterminer
2 octobre	JOURNÉE D'AUTOMNE (<i>organisation déléguée aux comités départementaux</i>)	
9 octobre	FINALE LIFA CHALLENGE EQUIP'ATHLÉ BENJAMINS	Lieu à déterminer

ENGAGEMENTS AUX COMPETITIONS LIFA

Extrait de la Circulaire Financière LIFA 2010-2011

	<u>Normal</u>	<u>Tardif</u>
CHAMPIONNATS EN SALLE CA/JU/ES/SE		
Epreuves Individuelles	3,80 €	20,00 €
Demande de qualification exceptionnelle (par athlète et par épreuve, acceptée ou refusée, remboursée si finaliste)	50,00 €	
Forfait non annoncé ou non justifié	20,00 €	
Engagements athlètes hors LIFA	10,00 €	25,00 €
Relais	5,00 €	20,00 €
CROSS – Engagement tardif		20,00 €
INTERCLUBS - Engagement par équipe	20,00 €	
Droit d'appel	100,00 €	

MODALITES D'ENGAGEMENTS

Minima A : envoi d'un formulaire d'engagement (coût 3,80€).

Minima D pour les chpts régionaux réalisés hors des championnats départementaux : envoi d'un formulaire d'engagement (coût 3,80€).

Minima D (directs) et E (éventuels) réalisés lors des championnats départementaux ou régionaux : engagement automatique et gratuit (aucune formalité à accomplir).

Demandes de qualification exceptionnelle : Elles devront être rédigées sur le formulaire d'engagement LIFA et dûment justifiées. Chaque demande devra être accompagnée d'un chèque de caution de 50,00€. La caution sera restituée si l'athlète termine dans les 8 premiers ou si l'athlète réalise une performance qualificative aux championnats de France.

Forfait : Tout athlète qualifié et déclarant forfait sur une épreuve devra en avvertir la LIFA avant la date spécifiée pour chaque championnat. Le désengagement est effectué par le club sur internet.

Toute demande d'engagement déposée après la date limite d'engagement propre à chaque championnat sera considérée comme étant un **engagement tardif** (coût 20,00€)

Aucun engagement ne pourra être pris en compte dans les 48 heures précédant le championnat.

Pour chaque championnat, la liste des athlètes qualifiés sera disponible sur <http://lifa.athle.org>.

Non-participation aux finales : à l'issue des séries, les athlètes qualifiés pour les finales, mais qui ne souhaitent pas y participer, sont priés d'en avvertir le secrétariat de la compétition. Dans ce cas uniquement, les dispositions visant à l'exclusion de l'athlète pour non-participation ne seront pas appliquées (règle F.142.4 du Règlement Sportif – FFA).

En amont de chaque championnat, la CSO publiera un règlement technique, diffusé sur <http://lifa.athle.org>, comprenant notamment les modes de qualifications pour les finales et les différentes montées de barre.

AUTORISATION DE SORTIE DE LIGUE

NOUVEAUTE 2011 Pour les épreuves sur piste et en salle, si un athlète de votre club souhaite participer à des championnats départementaux, régionaux ou interrégionaux en dehors de l'Ile de France, il n'est plus nécessaire de solliciter une autorisation de sortie de ligue auprès de la LIFA.

ATHLETES LICENCIES DANS DES CLUBS EXTERIEURS À LA LIFA

1 - Les athlètes licenciés dans des clubs extérieurs à la LIFA ont la possibilité de participer aux différentes compétitions organisés par la LIFA.

2 – Ils devront respecter les minima d'engagement spécifiques à chaque compétition.

3 – Il est obligatoire d'utiliser le formulaire d'engagement aux épreuves LIFA. Les engagements par liste ou par e-mail ne seront pas pris en compte. Attention : les engagements seront déposés par le club (soit par le Président, soit par le Secrétaire Général).

4 – Il conviendra de respecter les délais d'engagement et de forfait propres à chaque compétition sous peine d'être pénalisé de la même manière que les athlètes LIFA

5 – Tarifs financiers : voir tableau en haut de page.

MINIMA CHAMPIONNATS REGIONAUX EN SALLE

	Seniors H		Espoirs H		Juniors H		Cadets	
	D	E	D	E	D	E	D	E
50 m	6"30	6"50	6"30	6"50	6"40	6"60	6"45	6"65
60 m	7"30	7"50	7"30	7"50	7"40	7"60	7"45	7"65
200 m	23"10	23"75	23"25	23"75	23"40	24"00	24"00	24"50
400 m	51"90	53"30	52"20	54"40	53"70	55"50	-	-
800 m	2'01"0	2'05"0	2'02"0	2'06"0	2'05"0	2'08"0	2'08"0	2'10"0
1500 m	4'12"0	4'20"0	-	-	-	-	-	-
50m Haies	7"80	8"30	7"95	8"80	7"85	8"80	7"80	8"20
60m Haies	9"00	9"50	9"15	10"00	9"05	10"00	9"00	9"40
Hauteur	1m85	1m80	1m85	1m75	1m80	1m70	1m75	1m65
Perche	4m20	3m90	3m90	3m50	3m70	3m30	3m50	3m10
Longueur	6m70	6m30	6m30	6m00	6m20	5m85	6m10	5m80
Triple saut	13m50	12m80	12m90	11m80	12m60	11m70	12m10	11m40
Poids	11m70	10m80	10m00	9m00	11m50	10m00	12m00	10m80
	Seniors F		Espoirs F		Juniors F		Cadettes	
	D	E	D	E	D	E	D	E
50 m	7"20	7"60	7"35	7"60	7"35	7"60	7"35	7"60
60 m	8"25	8"65	8"40	8"65	8"40	8"65	8"40	8"65
200 m	27"35	28"30	27"35	28"30	27"55	28"30	27"70	28"40
400 m	63"0	68"50	65"50	68"50	65"50	68"50	-	-
800 m	2'26"0	2'32"0	2'33"0	2'36"0	2'33"0	2'36"0	2'33"0	2'38"0
1500 m	5'10"0	5'20"0	-	-	-	-	-	-
50m Haies	9"15	9"65	9"15	9"65	9"15	9"65	8"55	9"05
60m Haies	10"50	11"00	10"50	11"00	10"50	11"00	9"95	10"45
Hauteur	1m50	1m40	1m50	1m40	1m50	1m40	1m50	1m40
Perche	2m80	2m40	2m60	2m40	2m40	2m20	2m40	2m20
Longueur	5m10	4m70	5m00	4m70	4m90	4m70	4m85	4m65
Triple saut	10m50	9m60	10m50	9m60	10m40	9m60	10m30	9m60
Poids	10m00	9m00	9m50	8m00	9m50	8m00	10m50	9m80



MINIMA CHAMPIONNATS D'ILE DE FRANCE EN SALLE

	Seniors H			Espoirs H			Juniors H			Cadets		
	A	D	E	A	D	E	A	D	E	A	D	E
60 m	6"95	7"10	7"20	6"95	7"15	7"25	7"05	7"20	7"35	7"20	7"35	7"45
200 m	21"85	22"65	23"15	22"20	23"05	23"50	22"60	23"15	23"70	23"05	23"70	24"10
400 m	49"00	50"50	51"40	49"80	51"50	53"10	50"80	52"70	54"00	-	-	-
800 m	1'55"0	1'59"0	2'02"0	1'56"0	2'00"0	2'04"0	1'58"0	2'03"0	2'05"5	2'05"0	2'07"0	2'09"0
1500 m	3'58"0	4'08"0	4'12"0	-	-	-	-	-	-	-	-	-
60 m Haies	8"30	8"70	9"00	8"50	8"90	9"50	8"30	8"90	9"30	8"40	8"80	9"10
Hauteur	2m04	1m92	1m85	2m01	1m85	1m75	1m98	1m85	1m75	1m89	1m80	1m70
Perche	5m00	4m60	4m20	4m70	4m00	3m70	4m60	3m90	3m50	4m00	3m70	3m30
Longueur	7m10	6m85	6m50	6m90	6m50	6m20	6m80	6m35	6m05	6m60	6m25	5m95
Triple saut	15m00	14m10	13m50	14m50	13m10	12m20	14m00	12m80	12m10	13m20	12m50	12m00
Poids	14m50	12m80	12m00	14m00	11m00	10m00	14m00	12m00	10m70	14m70	12m50	11m10

	Seniors F			Espoirs F			Juniors F			Cadettes		
	A	D	E	A	D	E	A	D	E	A	D	E
60 m	7"80	8"05	8"30	7"85	8"15	8"30	7"85	8"15	8"30	7"90	8"15	8"35
200 m	25"00	26"50	27"00	25"60	26"60	27"35	25"90	26"85	27"55	26"40	27"30	27"85
400 m	57"10	61"00	63"50	59"40	62"50	65"50	60"50	62"50	66"00	-	-	-
800 m	2'16"0	2'24"0	2'28"0	2'24"0	2'30"0	2'34"0	2'24"0	2'30"0	2'34"0	2'28"0	2'32"0	2'35"0
1500 m	4'50"0	5'00"0	5'10"0	-	-	-	-	-	-	-	-	-
60 m Haies	9"00	9"80	10"20	9"25	10"00	10"60	9"30	10"00	10"60	9"15	9"65	9"95
Hauteur	1m66	1m57	1m50	1m63	1m57	1m45	1m63	1m54	1m45	1m63	1m54	1m45
Perche	3m60	3m40	2m80	3m20	2m80	2m40	3m20	2m60	2m20	3m00	2m60	2m20
Longueur	5m70	5m30	5m00	5m60	5m20	4m80	5m50	5m10	4m80	5m40	5m05	4m80
Triple saut	12m00	11m40	11m00	11m70	10m80	10m20	11m70	10m80	10m20	11m00	10m50	10m10
Poids	12m50	11m40	10m00	11m50	10m40	9m50	11m40	9m50	8m50	12m50	10m80	10m20

EPREUVES DE MARCHE

REGIONAUX

	5000 m				3000 m			
	SEM	ESM	JUM	CAM	SEF	ESF	JUF	CAF
Minima D	27'00"	29'00"	30'00"	32'00"	20'00"	21'00"	22'00"	23'00"
Minima A	25'30"	28'00"	29'00"	30'00"	18'30"	19'30"	20'30"	22'00"

ILE DE FRANCE

5000 m				3000 m			
SEM	ESM	JUM	CAM	SEF	ESF	JUF	CAF
26'00"	28'30"	29'30"	31'00"	17'30"	20'00"	21'00"	22'00"

SAISON DE CROSS-COUNTRY

CHAMPIONNATS REGIONAUX DE CROSS COUNTRY

Dimanche 30 janvier 2011



Attention : Les clubs du département 75 participeront aux championnats régionaux de la zone est, tandis que les clubs du département 91 participeront aux championnats régionaux de la zone ouest.

- ZONE OUEST (78-91-92-95) : ANTONY [92] (Comité des Hauts de Seine)
- ZONE EST (75-77-93-94) : ROSNY SOUS BOIS [93] (Comité de Seine Saint Denis)

QUALIFICATIONS

1 - Qualifications à titre individuel :

NOMBRE D'INDIVIDUELS QUALIFIES PAR DEPARTEMENT
POUR LES CHAMPIONNATS REGIONAUX DE CROSS-COUNTRY 2011

DEPT CAT	78	91	92	95	TOTAL	75	77	93	94	TOTAL
SEF/VEF	88	85	78	73	324	51	88	59	68	266
CCF	28	25	34	25	112	15	28	28	34	105
SEM	90	80	68	58	296	69	73	82	65	289
VEM	105	86	66	85	342	44	89	59	66	258
CCM	62	30	57	36	185	22	52	56	42	172

Dans toutes les autres catégories, tous les athlètes classés aux Championnats Départementaux seront qualifiés.

MODE DE CALCUL :

Pour la catégorie Vétérans Hommes, le nombre d'individuels qualifiés par département est calculé en augmentant de 30 unités le nombre d'athlètes de chaque département classés dans les 180 premiers des régionaux de l'année précédente.

Pour la catégorie Seniors Hommes, le nombre d'individuels qualifiés par département est calculé en augmentant de 30 unités le nombre d'athlètes de chaque département classés dans les 180 premiers seniors des régionaux de l'année précédente.

Pour les catégories Seniors et Vétérans Femmes, le nombre d'individuelles qualifiées par département est calculé en augmentant de 30 unités le nombre d'athlètes de chaque département classés dans les 180 premiers des deux catégories confondues des régionaux de l'année précédente.

Pour les cross courts, le nombre d'individuels qualifiés par département est calculé en augmentant de 10 unités le nombre d'athlètes de chaque département classés dans les 140 premiers des régionaux de l'année précédente.

2 - Qualifications par équipes

Il n'y a pas de qualification par équipes pour les championnats régionaux.

3 – Demandes de repêchage

Dans tous les cas suivants, il sera nécessaire d'utiliser un formulaire de demande de repêchage (remplir un formulaire par athlète ou par équipe). Ces demandes sont à déposer le jour des championnats départementaux auprès du responsable départemental ou à envoyer à la LIFA au plus tard le mardi 18 janvier 2011 à 15h00. Les demandes de repêchage sont gratuites, sauf celles reçues après la date limite étant considérées comme des engagements tardifs.

3.1 Demandes de repêchage à titre par équipe

Dans l'optique des qualifications par équipes pour les championnats d'Ile de France, les clubs ayant 4 ou 5 athlètes qualifiés individuels à l'issue des championnats départementaux peuvent demander le repêchage de 1 à 2 athlètes. Cette mesure ne s'applique pas aux clubs ayant 6 athlètes ou plus de qualifiés car ils ont déjà le nombre d'athlètes suffisant pour former une équipe.

Note : sur le formulaire, dans le cadre "équipe" indiquer uniquement le nom des athlètes supplémentaires ; dans le cadre "motif de la demande" indiquer « *complément équipe* ».

3.2 Demandes de repêchage à titre individuel

Toute demande de repêchage devra être justifiée. Cela signifie qu'il est nécessaire d'indiquer le niveau sportif de l'athlète et la raison de son absence aux championnats départementaux.

Les demandes sans aucun motif indiqué ne seront pas examinées par la commission de qualification.

3.3 Athlètes classés N4 ou en catégorie supérieure

Conformément à la réglementation fédérale, les athlètes classés en 2010 en catégories nationales et internationales sur une distance de 1500m ou plus, seront qualifiés d'office pour les championnats régionaux.

3.4 Athlètes participants aux championnats de France UNSS ou UGSEL

Ces athlètes ne sont pas obligés de participer aux championnats départementaux de cross country. Ils peuvent demander directement un repêchage pour les championnats régionaux.

4 – Demandes de changement cross court – cross long

Toute demande de changement pour un (ou une) athlète qualifié(e) sur cross court qui souhaite participer à titre individuel au cross long lors des championnats régionaux (et vice versa pour un passage du cross long au cross court) sera considérée comme étant une demande de qualification exceptionnelle. Cette demande devra être accompagnée d'un chèque de caution de 50,00€. La caution sera restituée si l'athlète se classe dans les 50 premiers arrivant des championnats régionaux.

5 – Modalités de qualifications

La liste des qualifiés sera arrêtée, à l'issue des championnats départementaux, par la CRCHS lors de la réunion de qualification du mardi 18 janvier 2011.

Les Comités Départementaux communiqueront à la LIFA pour le lundi 17 janvier 2011 avant 12h00, leurs résultats traités sous Logica Cross-Route, en envoyant le fichier .nxt par email à hatem.benayed@athleif.org

La liste des qualifiés sera mise en ligne sur le site internet <http://lifa.athle.org> à partir du vendredi 21 janvier.

CLASSEMENTS :

1 – Classement par équipes :

Il n'y aura pas d'équipe constituée au départ.

Un club aura une équipe classée chaque fois que son nombre d'arrivants atteindra 4 pour toutes les catégories.

Une équipe seconde pourra être éventuellement classée, mais le décompte ne commencera qu'après le passage de 2 autres athlètes.

2 – Classements individuels :

Sont considérés comme participant à titre individuel :

- les athlètes dont le club n'est pas classé par équipe
- les athlètes dont le club a une ou deux équipes classées mais qui ne figurent pas dans le classement de cette (ou ces) équipe(s).

3 – Athlètes Mutés ou Etrangers (ayant moins d'un an d'ancienneté au club) : 1 par équipe pour chaque épreuve (règle 302.4 du règlement des compétitions nationales)

RAPPELS :

Dans les cross courts seuls les athlètes des catégories espoirs, seniors et vétérans sont autorisés à participer.

RETRAIT DES DOSSARDS :

Le jour des championnats, chaque responsable de club doit retirer l'enveloppe contenant l'ensemble des dossards pour son club. Pour chaque course, **les dossards non utilisés devront être restitués.**

Les dossards sont affectés à une course précise et ne peuvent être utilisés dans une autre course sous peine de disqualification.



CHAMPIONNATS D'ILE DE FRANCE DE CROSS COUNTRY

Dimanche 13 février 2011 – Pontault-Combault (77)

1 – Qualifications à titre individuel :

Sont qualifiés à titre individuel, les athlètes classés aux championnats régionaux selon les critères suivants :

- les athlètes dont le club n'a pas d'équipe qualifiée
- les athlètes dont le club a une équipe qualifiée mais qui ne figurent pas dans le classement de cette équipe

NOMBRE D'INDIVIDUELS QUALIFIES PAR ZONE
POUR LES CHAMPIONNATS D'ILE DE FRANCE DE CROSS-COUNTRY 2011

hommes	Ouest	Est	Total	femmes	Ouest	Est	Total
CCM	59	61	120	SEF+VEF	64	56	120
SEM	55	65	120				
VEM	69	51	120				

Dans toutes les autres catégories, tous les athlètes classés aux Championnats Régionaux seront qualifiés.

MODE DE CALCUL :

Le nombre d'individuels qualifiés par zone est calculé en augmentant de 10 unités le nombre d'athlètes de chaque zone ayant terminé dans les 100 premiers de la course des championnats d'Ile-de-France de la saison précédente.

Si le nombre d'arrivants est inférieur à 100, la différence entre le nombre d'arrivants et 100 sera répartie entre les 2 zones.

Dans les catégories Seniors et Vétérans Femmes, le nombre d'individuelles qualifiées par zone est calculé en augmentant de 10 unités le nombre d'athlètes de chaque zone classées dans les 100 premières des championnats d'Ile-de-France de la saison précédente.

Pour la catégorie Espoirs femmes, le nombre d'individuelles qualifiées par zone est calculé en augmentant de 10 unités le nombre d'athlètes de chaque zone ayant terminé dans les 130 premières des championnats d'Ile-de-France de l'année précédente.

Pour la catégorie Seniors hommes, le nombre d'individuels qualifiés par zone est calculé en augmentant de 10 unités le nombre d'athlètes de chaque zone ayant terminé dans les 100 premiers des championnats d'Ile-de-France de l'année précédente.

Pour la catégorie Espoirs hommes, le nombre d'individuels qualifiés par zone est calculé en augmentant de 10 unités le nombre d'athlètes Espoirs de chaque zone ayant terminé dans les 130 des championnats d'Ile-de-France de l'année précédente.

2 – Qualifications par équipes

NOMBRE D'EQUIPES QUALIFIEES PAR ZONE
POUR LES CHAMPIONNATS D'ILE DE FRANCE DE CROSS-COUNTRY 2011

hommes	Ouest	Est	Total	femmes	Ouest	Est	Total
MIM	toutes	toutes	-	MIF	toutes	toutes	-
CCM	11	11	22	CCF	toutes	toutes	-
CAM	toutes	toutes	-	CAF	toutes	toutes	-
JUM	toutes	toutes	-	JUF	toutes	toutes	-
ESM/SEM	11	11	22	ESF/SEF/VEF	11	11	22
VEM	11	11	22				

- MODE DE CALCUL :

Le nombre d'équipes qualifiées par zone est calculé en augmentant de 3 unités le nombre d'équipes de chaque zone ayant terminé dans les 15 premières des championnats d'Ile-de-France de l'année précédente.

-REGLES DE QUALIFICATIONS :

Pour chaque course,

1. Un club ne pourra qualifier qu'une seule équipe maximum pour les championnats d'Ile de France.
2. Si un club a 4 athlètes qualifiés individuels, son équipe sera automatiquement qualifiée.
3. Si un club totalise un nombre de points inférieur à une équipe qualifiée en application de la règle 2, il sera également retenu, même si tous ses coureurs ne sont pas qualifiés individuellement.

- DOSSIERS DE QUALIFICATIONS PAR EQUIPES :

Ces dossiers seront distribués lors des championnats régionaux. Ils devront être impérativement remplis le jour même des championnats régionaux et remis au responsable CRCHS.

3 – Demandes de repêchage

Il sera nécessaire d'utiliser un formulaire de demande de repêchage (remplir un formulaire par athlète). Ces demandes sont à déposer le jour des championnats régionaux auprès du responsable CRCHS ou à envoyer à la LIFA au plus tard le mardi 1er février 2011 à 12h00. Les demandes de repêchage sont gratuites, sauf celles reçues après la date limite étant considérées comme des engagements tardifs.

Toute demande de repêchage devra être justifiée. Cela signifie qu'il est nécessaire d'indiquer le niveau sportif de l'athlète et la raison de son absence aux championnats régionaux.

Les demandes sans aucun motif indiqué ne seront pas examinées par la commission de qualification.

4 – Demandes de changement cross court – cross long

Toute demande de changement pour un (ou une) athlète qualifié(e) sur cross court qui souhaite participer à titre individuel au cross long lors des championnats d'Ile de France (et vice versa pour un passage du cross long au cross court) sera considérée comme étant une demande de qualification exceptionnelle. Cette demande devra être accompagnée d'un chèque de caution de 50,00€. La caution sera restituée si l'athlète se classe dans les 50 premiers arrivants des championnats d'Ile de France.

5 – Modalités de qualifications

La liste des qualifiés sera arrêtée, à l'issue des championnats régionaux, par la CRCHS lors de la réunion de qualification du mardi 1er février 2011. La liste des qualifiés sera mise en ligne sur le site internet <http://lifa.athle.org> à partir du vendredi 4 février à 14h00.

6 – Modalités d'engagement le jour des championnats

- Retrait des dossards : Chaque responsable de club doit retirer l'enveloppe contenant l'ensemble des dossards pour son club. **Pour chaque course, les dossards non utilisés devront être restitués.**

- Composition des équipes : La composition définitive des équipes qualifiées, qu'il y ait des changements ou non par rapport à la liste d'engagement, doit être déposée 45 minutes au minimum avant le départ de l'épreuve.

7 – Qualifications aux championnats de France de cross-country

Nombre d'équipes de la LIFA qualifiées aux Championnats de France			
hommes		femmes	
CCM	6	CCF	3
CAM	2	CAF	2
JUM	3	JUF	3
ELITE	5	ELITE	5
VEM	2		

Nombre d'individuels de la LIFA qualifiés aux Championnats de France			
hommes		femmes	
CCM	17	CCF	21
CAM	28	CAF	26
JUM	31	JUF	27
ESM	16	ESF	16
SEM	18	SEF	23
VEM	27	VEF	14

REGLEMENTATION NATIONALE SUR LE CROSS COUNTRY

Afin d'avoir une progression régulière des distances au cours de la saison, il est recommandé de respecter les distances (en km) reprises au tableau ci-après :

	MASCULINS							FEMININES					
	PO	BE	MI	CA	JU	ES/SE	VE	PO	BE	MI	CA	JU	ES/SE/VE
Novembre	1	2	3	4	5	9	9	1	2	2,5	3	3,5	4,5
Décembre	1	2	3	4	5	9	9	1	2	2,5	3	3,5	4,5
Janv. + Départ	1,5	2	3	4	5	9	9	1,5	2	2,5	3	4	5
Fév. + Reg	1,5	2	3	4	5	10	10	1,5	2	2,5	3	4	6
Interrégionaux	-	(2)	(3,5)	5	6	12	10	-	(2)	(3)	4	5	7
Mars (Fra)	-	-	-	5	6	12	10	-	-	-	4	5	7

Pour le cross court : les distances recommandées sont 4 km pour les hommes et 3 km pour les femmes à tous les niveaux des championnats.

SAISON EN SALLE

CHAMPIONNATS REGIONAUX EN SALLE ESPOIRS SENIORS Samedi 22 et dimanche 23 janvier 2011 à Eaubonne

1 - Qualifications

- **sur minima D** : performances réalisées entre le 1^{er} novembre 2010 et le 9 janvier 2011 lors des compétitions en salle suivantes :

. Championnats départementaux (y compris les championnats d'épreuves combinées) *QUALIFICATIONS AUTOMATIQUES*

. Compétitions inscrites au calendrier

. Championnats académiques et championnats de France scolaires et universitaires

. Championnats régionaux et championnats de France affinitaires.

Un formulaire d'engagement devra être rempli et expédié à la LIFA.

- **sur minima E** *QUALIFICATIONS EVENTUELLES*

Tout athlète ayant réalisé ces minima lors des championnats départementaux individuels ou d'épreuves combinées, de son département exclusivement, sera susceptible d'être qualifié. Aucun document n'est à remplir.

2 - Athlètes classé(s) N4 ou finalistes aux Championnats de France en 2010

Ces athlètes pourront s'engager directement. Un formulaire d'engagement est à envoyer à la LIFA.

3 - 1500m

Les performances réalisées en plein air en 2010 seront prises en compte sur Minima D uniquement. Un formulaire d'engagement est à envoyer à la LIFA.

4 - Participation des athlètes des catégories Cadets ou Juniors

Les athlètes des catégories Cadets ou Juniors peuvent participer à ces championnats sous réserve d'avoir réalisé les minima d'engagement correspondant à la catégorie Seniors. Dans ce cas, un formulaire d'engagement devra être rempli et expédié à la LIFA.

DATE LIMITE DE RECEPTION A LA LIFA

Toutes les demandes d'engagement ou de qualification exceptionnelle devront parvenir à la LIFA
Avant le **lundi 10 janvier 2011 à 12 h 00**

La réunion de qualification se tiendra le lundi 10 janvier 2011 et la liste des qualifiés figurera sur le site internet <http://lifa.athle.org> à partir du mardi 11 janvier 2011 à 18h00.

Les comités départementaux devront envoyer les résultats de leurs championnats (fichier.nxt) à la LIFA dès le lendemain de la compétition (eric.jaffrelot@athleif.org)

***** **FORFAIT - date limite mercredi 19 janvier 2011** *****

Les désengagements se font directement sur internet jusqu'à la date fixée
<http://lifa.athle.org> rubrique Compétitions – Désengagement

CHAMPIONNATS REGIONAUX EN SALLE ESPOIRS SENIORS

Eaubonne

CDFAS, 64 rue des Bouquinvilles, 95600 Eaubonne

SAMEDI 22 JANVIER 2011

13 H 00 Ouverture du Secrétariat							
			HAUTEUR	PERCHE	LONGUEUR	TRIPLE	POIDS
13 H 00	5000m Marche TCM	finales directes					
13 H 35	3000m Marche TCF	finales directes					
14 H 00	60m SEM	séries		ESM/SEM conc.A			ESF
14 H 35	60m ESM	séries					
15 H 00							SEF
15 H 10	60m ESF/SEF	séries	ESF/SEF conc.A				
15 H 20						SEF	
15 H 50	60m SEM	finale(s)					
16 H 10	60m ESM	finale(s)					
16 H 30	60m ESF/SEF	finale(s)		ESM/SEM conc.B			
16 H 50	400m ESM	finales directes			SEM		
17 H 20	400m SEM	finales directes	ESF/SEF conc.B			ESF	
17 H 50	400m ESF	finales directes					
18 H 10	400m SEF	finales directes					
18 H 35	1500m ESF/SEF	finales directes					
18 H 40	1500m ESM/SEM	finales directes					

DIMANCHE 23 JANVIER 2011

11 H 30 Ouverture du Secrétariat							
			HAUTEUR	PERCHE	LONGUEUR	TRIPLE	POIDS
12 H 00					ESF		
12 H 30				ESF/SEF conc.A			ESM
13 H 00	60m Haies ESM/SEM	séries					
13 H 40	60m Haies ESF/SEF	séries	ESM/SEM conc.A				SEM
13 H 55					SEF		
14 H 05	800m ESF/SEF	finales directes				ESM	
14 H 25	800m ESM/SEM	finales directes					
14 H 50	60m Haies ESF/SEF	finale(s)					
15 H 10	60m Haies ESM/SEM	finale(s)		ESF/SEF conc.B			
15 H 30	200m ESF	finales directes					
15 H 55	200m SEF	finales directes	ESM/SEM conc.B		ESM	SEM	
16 H 20	200m ESM	finales directes					
16 H 55	200m SEM	finales directes					

Les Championnats d'Ile-de-France en salle Vétérans se dérouleront en matinée de 8h30 à 13h00

CHAMPIONNATS D'ILE DE FRANCE D'EPREUVES COMBINEES

Samedi 29 et Dimanche 30 janvier 2011 à Eaubonne

Ces championnats se déroulent selon la réglementation des Epreuves Combinées en salle telle que décrite dans le Règlement des Compétitions Nationales (Art.1302).

PROGRAMME	Pentathlon	CAF – JUF – ESF – SEF
	Heptathlon	CAM – JUM – ESM – SEM

QUALIFICATIONS

1. Performances réalisées lors des championnats départementaux d'Epreuves Combinées

Ces performances seront qualificatives de façon automatique sur la base des minima D (directs) et E (éventuels). Les athlètes qui auront réalisé les minima D seront qualifiés d'office.

hommes	MINIMA D	MINIMA E	femmes	MINIMA D	MINIMA E
Heptathlon CAM,JUM,ESM,SEM	niveau IR4	niveau R6	Pentathlon CAF,JUF,ESF,SEF	niveau IR4	niveau R6

2. Performances réalisées entre le 1^{er} novembre 2010 et le 9 janvier 2011 dans des compétitions autres que les championnats départementaux organisés en Ile-de-France.

Ces performances seront qualificatives sur minima D uniquement.

Un formulaire d'engagement devra être rempli et expédié à la LIFA.

3. Performances réalisées lors de la saison estivale 2010

Ces performances seront qualificatives sur la base du classement fédéral de l'athlète.

Le tableau ci-après indique les minima de classement à prendre en compte pour pouvoir effectuer une demande d'engagement. Un formulaire d'engagement devra être rempli et expédié à la LIFA.

CAF	R1	Heptathlon	CAM	R1	Décathlon
	3500pts	Heptathlon MIF		3850pts	Octathlon MIM
JUF	IR4	Heptathlon	JUM	IR4	Décathlon
ESF	IR1	Heptathlon	ESM	IR1	Décathlon
SEF	IR1	Heptathlon	SEM	IR1	Décathlon

DATE LIMITE DE RECEPTION A LA LIFA

Toutes les demandes d'engagement ou de qualification exceptionnelle devront parvenir à la LIFA
Avant le **mercredi 12 janvier 2011 à 12 h 00**

La liste des qualifiés figurera sur le Site Internet <http://lifa.athle.org> à partir du vendredi 14 janvier 2011 à 14h00.

Les comités départementaux devront envoyer les résultats de leurs championnats (fichier.nxt) à la LIFA dès le lendemain de la compétition (eric.jaffrelot@athleif.org)

***** **FORFAIT - date limite mercredi 26 janvier 2011** *****

Les désengagements se font directement sur internet jusqu'à la date fixée
<http://lifa.athle.org> rubrique Compétitions - Désengagement

Championnats Ile-de-France Epreuves Combinées

Eaubonne

CDFAS, 64 rue des Bouquinvilles, 95600 Eaubonne

SAMEDI 29 JANVIER 2011

09 H 00	Ouverture du Secrétariat				
	JUF/ESF/SEF	CAM	JUM	ESM	SEM
10 H 00				60m	
10 H 10					60m
10 H 45				Longueur	
10 H 55					Longueur
12 H 05				Poids	
12 H 45					Poids
13 H 15				Hauteur	
13 H 45					Hauteur
14 H 10	60m Haies				
14 H 30		60m			
14 H 40			60m		
14 H 50	Hauteur				
15 H 15		Perche	Poids		
16 H 30	Poids				
18 H 00	Longueur	Poids	Hauteur		
19 H 15	800m	Longueur	Longueur		

DIMANCHE 30 JANVIER 2011

09 H 00	Ouverture du Secrétariat				
		CAF	SEM	ESM	JUM
10 H 00		60m Haies			
10 H 20			60m Haies		
10 H 30				60m Haies	
10 H 40					60m Haies
10 H 50		Hauteur			
11 H 10			Perche	Perche	
12 H 50					Perche
13 H 00		Poids			
14 H 30		Longueur			
15 H 10				1000m	
15 H 20			1000m		
15 H 30					1000m
15 H 40					
16 H 00		800m			

Les horaires sont donnés à titre indicatif. Ils peuvent être modifiés, à la discrétion du Délégué Technique de la compétition, en fonction des contraintes d'organisation et de coordination des différentes aires de concours.

CHAMPIONNATS REGIONAUX EN SALLE CADETS JUNIORS

Samedi 5 et dimanche 6 février 2011 à Eaubonne

1 - Qualifications

- **sur minima D** : performances réalisées entre le 1^{er} novembre 2010 et le 16 janvier 2011 lors des compétitions en salle suivantes :

. Championnats départementaux (y compris les championnats d'épreuves combinées) *QUALIFICATIONS AUTOMATIQUES*

. Compétitions inscrites au calendrier

. Championnats académiques et championnats de France scolaires et universitaires

. Championnats régionaux et championnats de France affinitaires.

Un formulaire d'engagement devra être rempli et expédié à la LIFA.

- **sur minima E** *QUALIFICATIONS EVENTUELLES*

Tout athlète ayant réalisé ces minima lors des championnats départementaux individuels ou d'épreuves combinées, de son département exclusivement, sera susceptible d'être qualifié. Aucun document n'est à remplir.

2 - Athlètes classé(s) N4 ou finalistes aux Championnats de France en 2010

Ces athlètes pourront s'engager directement. Un formulaire d'engagement est à envoyer à la LIFA.

3 - Relais 4x200m catégorie Cadets

Les athlètes de la catégorie Minimes sont autorisés à participer à ces relais.

Il n'y a pas de minima à réaliser pour cette épreuve. Un formulaire d'engagement est à envoyer à la LIFA.

DATE LIMITE DE RECEPTION A LA LIFA

Toutes les demandes d'engagement ou de qualification exceptionnelle devront parvenir à la LIFA
Avant le **lundi 24 janvier 2011 à 12 h 00**

La réunion de qualification se tiendra le lundi 24 janvier 2011 et la liste des qualifiés figurera sur le site internet <http://lifa.athle.org> à partir du mardi 25 janvier 2011 à 18h00.

Les comités départementaux devront envoyer les résultats de leurs championnats (fichier.nxt) à la LIFA dès le lendemain de la compétition (eric.jaffrelot@athleif.org)

***** **FORFAIT - date limite mercredi 2 février 2011** *****

Les désengagements se font directement sur internet jusqu'à la date fixée
<http://lifa.athle.org> rubrique Compétitions - Désengagement



CHAMPIONNATS REGIONAUX EN SALLE CADETS JUNIORS
CHAMPIONNATS ILE-DE-FRANCE EN SALLE 800M-1500M-MARCHE SENIORS

Eaubonne

CDFAS, 64 rue des Bouquinvilles, 95600 Eaubonne

SAMEDI 05 FEVRIER 2011

14 H 00 Ouverture du Secrétariat

			HAUTEUR	PERCHE	LONGUEUR	TRIPLE	POIDS
15 H 00	60m JUM	séries			JUF	CAF	
15 H 35	60m CAM	séries					JUM
16 H 00			JUM	CAM/JUM conc.A&B			
16 H 10	60m JUF	séries					
16 H 35							CAF
16 H 45	60m CAF	séries					
17 H 00						CAM	
17 H 10	60m JUM	finale(s)					
17 H 20	60m CAM	finale(s)					
17 H 30	60m JUF	finale(s)	JUF		JUM		CAM
17 H 40	60m CAF	finale(s)					
17 H 55	800m TCF	finale(s) directes					
18 H 20	800m TCM	finale(s) directes					

DIMANCHE 06 FEVRIER 2011

08 H 15 Ouverture du Secrétariat

			HAUTEUR	PERCHE	LONGUEUR	TRIPLE	POIDS
9 H 10	5000m Marche TCM	Finale A					
9 H 40	5000m Marche TCM	Finale B					
10 h 10	3000m Marche TCF	Finale A			CAF conc.A&B		
10 H 35	3000m Marche TCF	Finale B					
11 H 00	200m CAF	finale(s) directes		CAF/JUF conc.A			JUF
11 H 30	200m JUF	finale(s) directes					
12 H 00	200m CAM	finale(s) directes			CAM conc.A&B		
12 H 30	200m JUM	finale(s) directes					
13 H 00	60m Haies JUM	séries					
13 H 25	60m Haies CAM	séries					
13 H 50	60m Haies JUF	séries	CAM conc.A&B				
14 H 00				CAF/JUF conc.B		JUM	
14 H 15	60m Haies CAF	séries					
14 H 45	1500m TCF	finale(s) directes					
14 H 55	1500m TCM	finale(s) directes					
15 H 05	60m Haies JUM	finale(s)					
15 H 15	60m Haies CAM	finale(s)					
15 H 30	60m Haies JUF	finale(s)					
15 H 40	60m Haies CAF	finale(s)					
15 H 55	400m JUF	finale(s) directes	CAF conc.A&B			JUF	
16 H 10	400m JUM	finale(s) directes					
16 H 30	4x200m CAM	finale(s) directes					
16 H 40	4x200m CAF	finale(s) directes					

CHAMPIONNATS D'ILE DE FRANCE EN SALLE SENIORS
800m, 1500m, marche : samedi 5 et dimanche 6 Février 2011
Autres épreuves : dimanche 13 février 2011 à Eaubonne

1 – Qualifications

Sur Minima A : performances réalisées entre le 1^{er} et le 23 janvier 2011 lors des compétitions en salle suivantes :

- . Compétitions inscrites au calendrier
- . Championnats académiques et championnats de France scolaires et universitaires
- . Championnats régionaux et championnats de France affinitaires.

Un formulaire d'engagement devra être rempli et expédié à la LIFA.

Sur Minima D (qualification directe et gratuite)

Tout athlète ayant réalisé ces minima lors des championnats régionaux ou départementaux sera qualifié automatiquement. Aucun document n'est à remplir.

Sur Minima E (qualification éventuelle et gratuite)

Tout athlète ayant réalisé ces minima lors des championnats régionaux ou départementaux sera susceptible d'être qualifié. Aucun document n'est à remplir.

2 - Athlètes classé(e)s N2 en 2010 ou Podium aux Championnats de France 2010

Ces athlètes pourront s'engager directement. Un formulaire devra être rempli et retourné à la LIFA.

3 - 1500m

Les performances réalisées en plein air en 2010 seront prises en compte sur Minima A uniquement. Un formulaire d'engagement est à envoyer à la LIFA.

4 - Participation des athlètes des catégories Cadets, Juniors, Espoirs

Les athlètes des catégories Cadets, Juniors, Espoirs peuvent participer à ces championnats sous réserve d'avoir réalisé les minima d'engagement correspondant à la catégorie Seniors. Dans ce cas, un formulaire d'engagement devra être rempli et expédié à la LIFA.

Pour les épreuves de 800m, 1500m et marche du 5 et 6 février

DATE LIMITE DE RECEPTION A LA LIFA

Toutes les demandes d'engagement ou de qualification exceptionnelle devront parvenir à la LIFA
Avant le **lundi 24 janvier 2011 à 12 h 00**

La réunion de qualification se tiendra le lundi 24 janvier et la liste des athlètes qualifiés figurera sur le site internet <http://lifa.athle.org> à partir du mardi 25 janvier à 18h00.

***** **FORFAIT - date limite mercredi 2 février 2011** *****

Pour les épreuves du 13 février

DATE LIMITE DE RECEPTION A LA LIFA

Toutes les demandes d'engagement ou de qualification exceptionnelle devront parvenir à la LIFA
Avant le **lundi 31 janvier 2011 à 12 h 00**

La réunion de qualification se tiendra le lundi 31 janvier et la liste des athlètes qualifiés figurera sur le site internet <http://lifa.athle.org> à partir du mardi 1^{er} février à 18h00.

***** **FORFAIT - date limite mercredi 9 février 2011** *****

CHAMPIONNATS ÎLE-DE-FRANCE EN SALLE SENIORS
Eaubonne

CDFAS, 64 rue des Bouquinilles, 95600 Eaubonne

DIMANCHE 13 FEVRIER 2011

10 H 30 Ouverture du Secrétariat							
			HAUTEUR	PERCHE	LONGUEUR	TRIPLE	POIDS
11 H 30	60m TCM	séries					
12 H 00	60m TCF	séries	TCM	TCF		TCM	
12 H 35	400m TCF	finale directes					
13 H 00	60m TCM	finale					TCF
13 H 15	60m TCF	finale					
13 H 30					TCF		
14 H 00	60m Haies TCM	séries	TCF			TCF	
14 H 30	60m Haies TCF	séries					TCM
14 H 55	400m TCM	finale directes		TCM			
15 H 30	60m Haies TCM	finale			TCM		
15 H 45	60m Haies TCF	finale					
16 H 00	200m TCF	finale directes					
16 H 30	200m TCM	finale directes					



CHAMPIONNATS D'ILE DE FRANCE EN SALLE CADETS JUNIORS ESPOIRS Samedi 26 février et Dimanche 27 février 2011 à Eaubonne

1 – Qualifications

Sur Minima A : performances réalisées entre le 1^{er} janvier 2011 et le 6 février 2011 lors des compétitions en salle suivantes :

- . Compétitions inscrites au calendrier
- . Championnats académiques et championnats de France scolaires et universitaires
- . Championnats régionaux et championnats de France affinitaires.

Un formulaire d'engagement devra être rempli et expédié à la LIFA.

Sur Minima D (qualification directe et gratuite)

Tout athlète ayant réalisé ces minima lors des championnats régionaux ou départementaux sera qualifié automatiquement. Aucun document n'est à remplir.

Sur Minima E (qualification éventuelle et gratuite)

Tout athlète ayant réalisé ces minima lors des championnats régionaux ou départementaux sera susceptible d'être qualifié. Aucun document n'est à remplir.

2 - Athlètes classé(e)s N2 en 2010 ou Podium aux Championnats de France 2010

Ces athlètes pourront s'engager directement. Un formulaire devra être rempli et retourné à la LIFA.

3 - Relais 4x200m catégorie Cadets

A l'issue des championnats régionaux, les huit meilleures équipes, hommes et femmes, seront qualifiées pour participer aux Championnats d'Ile de France.

Les athlètes de la catégorie Minimes sont autorisés à participer à ces relais.

N.B. : L'équipe vainqueur de ces championnats sera qualifiée pour les Championnats de France sous réserve que les 4 relayeurs qui composent l'équipe soient bien de la catégorie Cadets.

DATE LIMITE DE RECEPTION A LA LIFA

Toutes les demandes d'engagement ou de qualification exceptionnelle devront parvenir à la LIFA
Avant le **lundi 14 février 2011 à 12 h 00**

La réunion de qualification se tiendra le lundi 14 février et la liste des athlètes qualifiés figurera sur le site internet <http://lifa.athle.org> à partir du mardi 15 février à 18h00.

***** **FORFAIT - date limite mercredi 23 février 2011** *****

Les désengagements se font directement sur internet jusqu'à la date fixée
<http://lifa.athle.org> rubrique Compétitions - Désengagement



Championnats Ile-de-France en salle Cadets Juniors Espoirs

Eaubonne

CDFAS, 64 rue des Bouquinvilles, 95600 Eaubonne

SAMEDI 26 FEVRIER 2011

13 H 15 Ouverture du secrétariat

	Ligne droite		Anneau		Hauteur	Perche	Longueur	Triple saut	Poids
14 H 00							ESF	ESM	
14 H 30	60m CAM	séries	400m JUF	séries	JUM	CAF/JUF/ESF			ESF
14 H 50	60m JUM	séries	400m ESF	séries		Groupe 1			
15 H 10	60m ESM	séries							
15 H 30	60m CAM	finale	400m JUM	séries					ESM
15 H 50	60m JUM	finale	400m ESM	séries					
16 H 10	60m ESM	finale			JUF		JUF	CAM	
16 H 30	60m CAF	séries	800m CAF/JUF/ESF			CAF/JUF/ESF			
16 H 50	60m JUF	séries	800m CAM/JUM/ESM			Groupe 2			
17 H 10	60m ESF	séries							
17 H 30	60m CAF	finale			ESM		CAF	JUM	
17 H 45	60m JUF	finale							
17 H 55	60m ESF	finale							



DIMANCHE 27 FEVRIER 2011

09 H 00 Ouverture du secrétariat									
	Ligne droite		Anneau		Hauteur	Perche	Longueur	Triple saut	Poids
10 H 00			3000m Marche CAF/JUF/ESF			CAM	ESM	ESF	
10 H 25			5000m Marche CAM/JUM/ESM		CAF				CAF
11 H 00			200m CAM	séries					
11 H 20			200m JUM	séries					
11 H 40			200m ESM	séries					JUF
11 H 45	60m Haies CAF	séries							
12 H 10	60m Haies JUF/ESF	séries	200m CAM	finale		JUM	CAM		
12 H 25			200m JUM	finale					
12 H 40			200m ESM	finale	ESF			JUF	
13 H 00	60m Haies CAF	finale							
13 H 15	60m Haies JUF/ESF	finale							
13 H 30			200m CAF	séries					JUM
13 H 50			200m JUF	séries					
14 H 10			200m ESF	séries		ESM	JUM		
14 H 30	60m Haies ESM	séries	200m CAF	finale	CAM				
14 H 45			200m JUF	finale				CAF	CAM
14 H 55	60m Haies JUM	séries	200m ESF	finale					
15 H 15			400m JUF	finale					
15 H 20	60m Haies CAM	séries							
15 H 30			400m ESF	finale					
15 H 40			400m JUM	finale					
15 H 50	60m Haies ESM	finale							
16 H 00			400m ESM	finale					
16 H 10	60m Haies JUM	finale							
16 H 20			4x200m CAF						
16 H 30			4x200m CAM						
16 H 40	60m Haies CAM	finale							

CHALLENGE EQUIP'ATHLE CADETS

Tour hivernal LIFA : 19 et 20 Mars 2011 à Eaubonne

Le tour du 19 et 20 mars 2011 constituera le tour hivernal du challenge Equip'Athlé pour la catégorie Cadets.

Programme : 50m – 50m haies – hauteur – perche - longueur – triple saut - poids – relais 4x200m

Catégorie : les équipes seront composées par des athlètes de la catégorie Cadets uniquement

Règlement technique des épreuves :

- . Cette compétition se déroulera conformément aux dispositions du règlement national du Challenge Equip'Athlé, notamment celles concernant le tour hivernal.
- . Les athlètes disputent au plus un triathlon :
 - Libre : une course, un saut, un lancer
 - Technique : 2 concours, une course
 - Il n'y a pas de triathlon spécial lors du tour hivernal
- . Le nombre de participants d'une équipe dans une même épreuve est limité à 3.
- . Chaque athlète peut participer, en plus de ses épreuves individuelles, au relais 4x200m.
- . Aucune participation hors concours ne sera autorisée.
- . Nombre d'essais
 - Lancers et sauts longitudinaux : 4 essais par athlète
 - Hauteur et Perche : 8 essais maximum par athlète (si le 8^{ème} essai est réussi, il est accordé une tentative à une hauteur supérieure jusqu'au 1^{er} échec).

Jeunes Juges

- . Chaque équipe peut présenter un jeune juge (licencié pour le club pour lequel il est pris en compte) des catégories Benjamins, Minimes ou Cadets.
- . 1 Jeune Juge (BE ou MI) = 20 points
- . 1 Juge Départemental (Cadets) = 20 points
- . 1 Jeune juge non certifié = 5 points

Cotation par équipe

- . 4 familles : Sprint – haies – sauts – lancers
- . Prise en compte de 9 performances : 1 dans chaque famille + 5 meilleures performances suivantes auxquelles s'ajoute la cotation des points du jeune juge.
- . Chaque équipe doit obligatoirement avoir été classée au tour hivernal (avec au moins 4 athlètes) pour prétendre à la Finale Nationale.

Organisation:

- . Le samedi 19 mars est réservé aux clubs du 75 – 78 – 92 – 95
- . Le dimanche 20 mars est réservé aux clubs du 77 – 91 – 93 – 94

Modalités d'engagement :

- . Les engagements sont libres sous réserve de présenter une équipe composée au minimum de 4 athlètes, un club pouvant engager 2 équipes par catégorie.
- . Les demandes d'engagement sont à envoyer par mail à eric.jaffrelot@athleif.org pour le lundi 7 mars au plus tard.
- . Les feuilles de composition d'équipes devront être envoyées à la LIFA pour le mercredi 16 mars.



Challenge Equip'Athlé Cadets

Eaubonne

CDFAS, 64 rue des Bouquinvilles, 95600 Eaubonne

SAMEDI 19 MARS 2011

14 H 00 Ouverture du secrétariat et confirmation des équipes						
Horaires	courses	Hauteur	Perche	Longueur	Triple	Poids (*)
		2 sautoirs	2 sautoirs			
15 H 00				CAF /1		CAM
15 H 10	50 m haies CAM				CAF	
15 H 20		CAM	CAF / CAM			
15 H 50	50 m CAM			CAF /2		
16 H 30	50 m haies CAF				CAM	
16 H 45		CAF		CAM /1		CAF
17 H 15	50 m CAF					
17 H 30				CAM /2		
17 H 45	relais 4x200 CAF					
18 H 00	relais 4x200 CAM					

DIMANCHE 20 MARS 2011

13 H 00 Ouverture du secrétariat et confirmation des équipes						
Horaires	courses	Hauteur	Perche	Longueur	Triple	Poids (*)
		2 sautoirs	2 sautoirs			
14 H 00				CAF /1		CAM
14 H 10	50 m haies CAM				CAF	
14 H 20		CAM	CAF / CAM			
14 H 50	50 m CAM			CAF /2		
15 H 30	50 m haies CAF				CAM	
15 H 45		CAF		CAM /1		CAF
16 H 15	50 m CAF					
16 H 30				CAM /2		
16 H 45	relais 4x200 CAF					
17 H 00	relais 4x200 CAM					

(*) poids : concours par groupe de 6 à 10 athlètes ; groupes constitués au fur et à mesure de la présence des athlètes sur l'aire de lancer

EPREUVES HIVERNALES EN PLEIN AIR

CRITERIUM HIVERNAL DE LANCERS LONGS

1^{er} Tour : Samedi 22 et dimanche 23 janvier 2011

2^{ème} Tour : Samedi 05 et dimanche 06 février 2011

Tours qualificatifs aux Championnats Nationaux Hivernaux des Lancers Longs

Epreuves : Disque, Marteau, Javelot

Catégories : Cadets, Juniors, Espoirs, Seniors, Vétérans Hommes et Femmes. Les athlètes de la catégorie Vétérans participent aux épreuves Seniors.

Engagements :

Les engagements se font directement sur le site internet <http://lifa.athle.org>

Dates limites : 1^{er} tour lundi 17 janvier au plus tard

2^{ème} tour lundi 31 janvier au plus tard

Il est nécessaire d'indiquer une performance d'engagement afin de constituer des concours de niveau

Conditions d'engagement :

Seuls les athlètes classés au moins au niveau R6 (D1 pour les cadets) à compter du 1^{er} janvier 2010 sont autorisés à participer à ces critères.

Horaires :

Les horaires seront publiés sur le site internet <http://lifa.athle.org>



EPREUVES BENJAMINS/MINIMES

MATCH INTERDEPARTEMENTAL DE CROSS COUNTRY BENJAMINS - MINIMES

Dimanche 13 février 2011 – Pontault-Combault (77)

Le match interdépartemental sera composé :

1/ COURSE BENJAMINS – BENJAMINES :

Chaque comité départemental peut présenter jusqu'à 15 athlètes par catégorie, en sachant que le classement par équipe se fait sur les 8 premiers. Il y a donc 7 remplaçants. Aucun athlète supplémentaire ne sera autorisé à participer.

Les athlètes doivent porter le maillot distinctif de leur comité départemental.

2/ COURSE MINIMES :

La réglementation générale des Championnats d'Ile de France de cross s'applique.
Les athlètes portent le maillot de leur club.

Pour le match, le classement par équipe sera effectué sur les 8 meilleurs athlètes de chaque département.
Pour le cas où un département n'aurait pas 15 athlètes qualifiés, le comité concerné pourra engager un nombre d'athlètes permettant d'atteindre ce nombre de 15, étant entendu que ces athlètes n'entreront pas en compte dans le classement du Championnat d'Ile de France.

Classement du match interdépartemental :

Sera déclaré vainqueur le département qui aura le plus petit nombre de point à l'addition des points des 4 classements par catégorie.

Récompenses :

Médailles à tous les arrivants de la catégorie benjamins.
1 coupe pour la 1^{ère} équipe départementale dans chaque catégorie
1 coupe pour la 1^{ère} équipe au classement général sur 4 catégories



CHAMPIONNATS D'ILE DE FRANCE D'EPREUVES COMBINEES

Benjamins/Benjamines : Samedi 12 mars 2011

Minimes (garçons et filles) : Dimanche 13 mars 2011

à Eaubonne

Epreuves :

Tétrathlon Benjamins : 50m haies – Perche ou longueur – Poids – 1000m

Tétrathlon Benjamines : 50m haies – Hauteur – Poids – 1000m

Pentathlon Minimes masculins : 50m haies – hauteur – Poids – Perche ou longueur – 1000m

Pentathlon Minimes Filles : 50m haies – Hauteur – Poids – Longueur – 1000m

Engagements :

Le formulaire d'engagement Epreuves Combinées Benjamins/Minimes sera rempli et transmis par les clubs à la LIFA avant le mardi 1^{er} mars 2011 à 12h00.

Les performances réalisées devront être mentionnées. Si l'athlète n'a pas fait de tétrathlon ou de pentathlon, les 4 performances ou les 5 performances devront avoir été réalisées depuis le 1^{er} septembre 2010.

Qualification :

Dans chaque catégorie, sont institués des minima D (qualification directe) et des minima E (qualification éventuelle).

	Benjamins	Benjamines	Minimes G	Minimes F
Minima D	1 400 pts	1 400 pts	2 200 pts	2 200 pts
Minima E	800 pts	800 pts	1 500 pts	1 500 pts

En masculins, un groupe « perche » sera constitué de 15 athlètes maximum, indépendamment de ceux qualifiés pour le groupe « longueur ».

La liste des qualifiés sera mise en ligne sur le site internet <http://lifa.athle.org> à partir jeudi 3 mars 2011 à 18h00.

Désengagement :

Tout athlète qualifié et déclarant forfait, devra en avvertir la LIFA avant le **lundi 7 mars 2011**, afin de pouvoir proposer une qualification à des athlètes non initialement retenus.

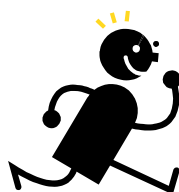
Les désengagements se font directement sur internet jusqu'à la date fixée <http://lifa.athle.org> rubrique Compétitions - Désengagement

Jury : Les clubs devront fournir un officiel qualifié par groupe de 4 athlètes (1 juge qualifié si moins de 4 athlètes)

Horaires : Ils paraîtront sur le site de la LIFA à la même date que la liste des qualifiés.

Les amplitudes horaires seront les suivants :

- Samedi 12 mars 2011 : de 14 h 00 à 19 h 00
- Dimanche 13 mars 2011 de 9 h 30 à 16 h 30



LES COMMISSIONS

COMMISSION REGIONALE DU SPORT EN ENTREPRISE

CALENDRIER HIVERNAL DU SPORT EN ENTREPRISE SAISON 2010/2011		
DATE	EPREUVE - ORGANISATION	LIEU
Di. 24 Oct. 2010	Cross (Rathelot Garde Républicaine)	Saint Germain (78) *
Di. 14 Nov. 2010	Cross (Sagem)	Massy (91)*
Di. 5 Déc. 2010	Cross (DASSAULT Sports)	Meudon (92) *
Di. 9 Janv. 2011	Cross (IBM France Paris / UASG)	Sartrouville (78) *
Sa. 22 Janv. 2011	Cross (AXA SL)	Saint Cloud (Pré Saint Jean) (92) *
Je. 27 Janv. 2011	Championnats d'Ile de France Indoor (CRSE)	Porte de Pantin (75)
Di. 6 Fév. 2011	Cross (CACL)	Marnes la Coquette (92) *
Di. 13 Fév. 2011	Championnats D'Ile de France de Cross Country	Pontault Combault (77) *
* Epreuve comptant pour le Challenge « CANARD »		

Di. 27 Fév. 2011 – Championnats de France Cross Country à Paray Le Monial (71)

(*) CHALLENGE CANARD

Le CHALLENGE CANARD regroupe :

- A - Classement individuel par points
- B - Classement par clubs
- C - Challenge du nombre

Ces différents classements et challenges sont établis à partir des cross organisés par les clubs d'entreprises sous le couvert de la C.R.S.E. de la L.I.F.A.

La participation aux différents classements est réservée exclusivement aux athlètes des clubs d'entreprises (licenciés compétition) et **titulaire d'une licence athlé entreprise ou athlé compétition** (voir règlement sur le site internet <http://lifa.athle.org> à la rubrique compétition/sport en entreprise).

A - CLASSEMENT INDIVIDUEL PAR POINTS

Le décompte des points se fait sur les premiers de chaque catégorie selon un tableau dont les éléments sont fixés chaque année en fonction de l'année précédente.

B - CLASSEMENT PAR CLUBS

Chaque club totalisera les points obtenus par ses athlètes dans les classements individuels.

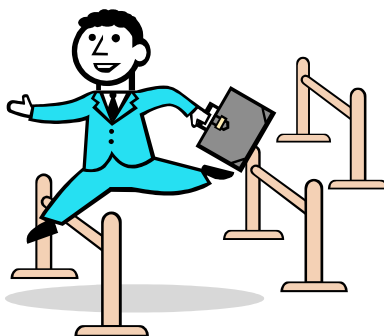
Le club vainqueur sera celui qui aura totalisé le plus grand nombre de points.

En cas d'égalité, le club ayant le plus d'athlètes retenus pour ce classement sera déclaré vainqueur.

Ce challenge ne sera pas acquis définitivement et sera remis en jeu chaque saison.

C - CHALLENGE DU NOMBRE

Il sera attribué au club ayant le plus d'athlètes classés sur l'ensemble des cross de la saison pour toutes les catégories à partir des cadets.



Pour tous les championnats hivernaux en salle 2011, les épreuves de marche seront alignées sur les autres disciplines athlétiques concernant les points suivants :

- **Modalités d'engagements directs (niveau retenu, date limite)**
- **Demandes de qualifications exceptionnelles**
- **Dates limites de désengagements**

A – CHAMPIONNATS REGIONAUX EN SALLE ESPOIRS/SENIORS LE 22 JANVIER 2011 A EAUBONNE

Dans un premier temps, les 12 meilleures performances au bilan hivernal toutes catégories sur 3000m marche féminines et 5000m marche masculins seront retenues d'office pour ces championnats.

En fonction des demandes d'engagements ou de qualifications exceptionnelles, ce nombre pourra être porté à 15 unités tant en hommes qu'en femmes.

Concernant les vétérans, ceux-ci pourront participer indifféremment aux championnats seniors ou à ceux de leur catégorie d'âge. Cependant, ceux qui figureront sur la liste des qualifiés pour ce Championnat et qui ne souhaiteraient pas y prendre part devront se désengager sur le site internet de la ligue.

B – CHAMPIONNATS D'ÎLE DE FRANCE EN SALLE SENIORS LE 6 FEVRIER 2011 A EAUBONNE ET CHAMPIONNATS REGIONAUX CADETS/JUNIORS/ESPOIRS LE 6 FEVRIER 2011 A EAUBONNE.

Ces 2 championnats seront associés et des séries A et B toutes catégories seront établies selon les bilans au 23 janvier 2011 et selon les performances d'engagements.

Tant en féminines qu'en masculins, la série A regroupera les meilleures performances.

C- CHAMPIONNATS D'ÎLE DE FRANCE CADETS/JUNIORS/ESPOIRS LE 27 FEVRIER 2011 A EAUBONNE

La liste des qualifié(e)s sera établie par la CRM en fonction des bilans au 6 février 2011 et éventuellement corrigée après le 13 février 2011.

D – BREVETS DE MARCHE

Ces brevets se dérouleront sur un circuit autour du Château de Vincennes.

10 km	09 Janvier 2011	Départ 9h30
20 km et 10 km	16 Janvier 2011	Départs 8h30 (20 km) et 9h30 (10 km)
30 km et 10 km	23 Janvier 2011	Départs 7h30 (30 km) et 10h00 (10 km)
40 km et 10 km	06 Février 2011	Départs 7h00 (40 km) et 10h00 (10 km)

E – CHALLENGES DE L'AMITIE FEMMES ET HOMMES (TROPHEE JEAN DAHM POUR LES FEMININES)

Le règlement, les épreuves concernées et les classements provisoires ou finaux sont consultables sur le site internet de la LIFA.

Les compétitions retenues par la CRM pour le calcul seront celles se déroulant du 1^{er} janvier au 31 décembre 2011.



COMMISSION REGIONALE DES VETERANS

CHAMPIONNATS D'ILE DE FRANCE EN SALLE VETERANS

Dimanche 23 janvier 2011 à Eaubonne

CDFAS, 64 rue des Bouquinilles, 95600 Eaubonne

Les engagements se font directement sur notre site <http://lifa.athle.org>

Date limite d'engagement : lundi 17 janvier 2011 (aucun engagement ne sera pris sur place)

Le port du maillot de club est obligatoire (Règle F.143.1 du Règlement Sportif)

DIMANCHE 23 JANVIER 2011

08 H 00 Ouverture du secrétariat								
Horaires				Hauteur	Perche	Longueur	Triple	Poids
8 H 35	3000m Marche VEM	Finale B	8 H 50					VEF
9 H 00	3000m Marche VEM	Finale A						
9 H 30	3000m Marche VEF		9 H 40			VEM/VEF		
10 H 05	400m VEF		10 H 00					V2M/V3M
10 H 10	400m VEM							
10 H 30	60m Haies(0,76) F40	F40						
10 H 40	60m Haies(0,99) M40	M40						
10 H 50	60m VEF	séries	10 H 50		VEM/VEF			
11 H 00	60m VEM	séries	11 H 10					V1M
11 H 25	60m sport adapté		11 H 30	VEM/VEF				
11 H 40	60m VEF	finale	11 H 45				VEM/VEF	
11 H 55	60m VEM	finale						
12 H 00	800m VEF							
12 H 05	800m VEM							
12 H 15	200m VEF							
12 H 25	200m VEM							

RAPPEL DES SOUS CATEGORIES D'AGE

	ANNEE DE NAISSANCE	HOMMES	FEMMES
V0*	35 A 39 ANS 1975 - 1971	M35 M39	F 35 F 39
V1	40 A 44 ANS 45 A 49 ANS 1970 - 1966 1965 - 1961	M 40 M 45	F 40 F 45
V2	50 A 54 ANS 55 A 59 ANS 1960 - 1956 1955 - 1951	M 50 M 55	F 50 F 55
V3	60 A 64 ANS 65 A 69 ANS 1950 - 1946 1945 - 1941	M 60 M 65	F 60 F 65
V4	70 A 74 ANS 75 ANS ET + 1940 - 1936 1935 et +	M 70 M 75	F 70 F 75

*uniquement au niveau international.

POIDS DES ENGINES

	POIDS	DISQUE	JAVELOT	MARTEAU
MASCULINS				
V1	7 KG 260	2 KG	800GR	7 KG 260
V2	6 KG	1 KG 500	700 GR	6 KG
V3	5 KG	1 KG	600 GR	5 KG
V4	4 KG	1 KG	500 GR	4 KG
FEMININES				
V0-1	4 KG	1 KG	600 GR	4 KG
V2 et+	3 KG	1 KG	500 GR V2 400 GR V3	3 KG

HAUTEUR DES HAIES

60 m Haies masculins		
V1	0,990	5 haies 13,72-9,14
V2	0,914	5 haies 13-8,50-13
V3	0,840	5 haies 12-8-16
V4	0,762	5 haies 12-7-20

60 m Haies féminines		
V1	0,762	5 haies 12-8-16
V2	0,762	5 haies 12-7-20
V3	0,686	5 haies 12-7-20
V4	0,686	5 haies 12-7-20

CALENDRIERS DES COMITES DEPARTEMENTAUX

(Informations données à titre indicatif)

Seul le calendrier publié par chaque comité départemental est considéré comme officiel

COMITE DE PARIS

- 18-19/12/10 DEPARTEMENTAUX INDIVIDUELS Mi 2/C/J/E/S (75 et 93)
Eaubonne
- 08-09/01/11 DEPARTEMENTAUX D'EPREUVES COMBINEES C/J/E/S (75-91-93-94)
Paris - INSEP
- 16/01/11 DEPARTEMENTAUX DE CROSS
A définir

COMITE DE SEINE ET MARNE

- 11-12/12/10 DEPARTEMENTAUX INDIVIDUELS E/S + EPREUVES OUVERTS C/J (1^{ère} journée)
Reims
- 12/12/10 CHALLENGE EQUIP'ATHLE B
Reims
- 11-12/12/10 DEPARTEMENTAUX EPREUVES COMBINEES M/C/J/E/S
Reims
- 19/12/10 DEPARTEMENTAUX DE CROSS COURT
Melun
- 16/01/11 DEPARTEMENTAUX DE CROSS
Nemours
- 22/01/11 DEPARTEMENTAUX INDIVIDUELS C/J + EPREUVES OUVERTS E/S
Reims
- 05/02/11 CHALLENGE EQUIP'ATHLE M/C
Reims

COMITE DES YVELINES

- 21/11/10 TRIATHLON BE/MI – 1^{er} TOUR
Trappes - Versailles
- 27/11/10 DEPARTEMENTAUX INDIVIDUELS C/J/E/S (1^{ère} journée)
Eaubonne
- 28/11/10 DEPARTEMENTAUX INDIVIDUELS C/J/E/S (2^{ème} journée)
Eaubonne
- 11-12/12/10 DEPARTEMENTAUX EPREUVES COMBINEES C/J/E/S/V (78-92-95)
Eaubonne
- 09/01/11 EQUIP'ATHLE BE/MI
Trappes
- 16/01/11 DEPARTEMENTAUX DE CROSS
Les Mureaux
- 06/03/11 TRIATHLON BE/MI – 2^{ème} TOUR
Versailles - Trappes
- 26/03/11 FINALE TRIATHLON BE/MI – 2^{ème} TOUR
Eaubonne

COMITE DE L'ESSONNE

- 11-12/12/10 DEPARTEMENTAUX DE SPECIALITES EN SALLE C/J/E/S
Viry-Châtillon
- 08-09/01/11 DEPARTEMENTAUX D'EPREUVES COMBINEES
Paris - INSEP
- 08-09/01/11 DEPARTEMENTAUX EN SALLE 200m – 400m – 800m – 1500m
Eaubonne
- 16/01/11 DEPARTEMENTAUX DE CROSS
Lisses
- 22-23/01/11 DEPARTEMENTAUX D'EPREUVES COMBINEES BE/MI
Viry-Châtillon
- 05/02/11 DEPARTEMENTAUX EN SALLE MINIMES
Viry-Châtillon
- 06/02/11 DEPARTEMENTAUX EN SALLE BENJAMINS
Viry-Châtillon
- 19/03/11 EQUIP'ATHLE BE
Viry-Châtillon
- 20/03/11 EQUIP'ATHLE MI/CA
Viry-Châtillon

COMITE DES HAUTS DE SEINE

11/11/10	DEPARTEMENTAUX EN SALLE BE/MI Eaubonne
05/12/10	DEPARTEMENTAUX INDIVIDUELS EN SALLE C/J/E/S Eaubonne
11-12/12/10	DEPARTEMENTAUX D'EPREUVES COMBINEES C/J/E/S + 200m + 400 m (78-92-95) Eaubonne
02/01/11	MEETING DES HAUTS DE SEINE Eaubonne
16/01/11	DEPARTEMENTAUX DE CROSS Bagneux
23/01/11	DEPARTEMENTAUX D'EPREUVES COMBINEES BE/MI Paris-Pte de Pantin
26/03/11	CHALLENGE EQUIP'ATHLE – TOUR HIVERNAL BE/MI Levallois

COMITE DE SEINE SAINT DENIS

18-19/12/10	DEPARTEMENTAUX INDIVIDUELS Mi 2/C/J/E/S (75 et 93) Eaubonne
08/01/11	MEETING OPEN DU CDA 93 Paris - INSEP
08-09/01/11	DEPARTEMENTAUX D'EPREUVES COMBINEES C/J/E/S (75-91-93-94) Paris - INSEP
16/01/11	DEPARTEMENTAUX DE CROSS Stains

COMITE DU VAL DE MARNE

05/12/10	DEPARTEMENTAUX INDIVIDUELS EN SALLE C/J/E/S Eaubonne
18/12/10	DEPARTEMENTAUX 200m Eaubonne
19/12/10	DEPARTEMENTAUX 400m Eaubonne
08-09/01/11	DEPARTEMENTAUX D'EPREUVES COMBINEES C/J/E/S (75-91-93-94) Paris - INSEP
09/01/11	DEPARTEMENTAUX DE CROSS COURT Villeneuve le roi
16/01/11	DEPARTEMENTAUX DE CROSS Champigny sur Marne
22/01/11	CHALLENGE EQUIP'ATHLE MI Paris – Pte de Pantin
29/01/11	CHALLENGE EQUIP'ATHLE BE Paris – Pte de Pantin

COMITE DU VAL D'OISE

11-12/12/10	DEPARTEMENTAUX EPREUVES COMBINEES C/J/E/S/V (78-92-95) Eaubonne
19/12/10	DEPARTEMENTAUX DE CROSS Cergy
08-09/01/11	DEPARTEMENTAUX INDIVIDUELS C/J/E/S Eaubonne
19-20/02/11	DEPARTEMENTAUX EPREUVES COMBINEES BE/MI Eaubonne



BARÈME HOMMES

Epreuves	Cat.	IA	IB	NI	N2	N3	N4	IR1	IR2	IR3	IR4	RI	R2	R3	R4	R5	R6	DI	D2	D3	D4	D5	D6	D7	
*50m	CJESV	5'66	5'76	5'84	5'94	6'04	6'14	6'24	6'30	6'37	6'44	6'50	6'56	7'04	7'14	7'24	7'34	7'44	7'54	8'04	8'14	8'24	8'34	8'44	8'54
*60m	CJESV	6'56	6'66	6'74	6'84	6'94	7'04	7'14	7'24	7'34	7'44	7'54	8'04	8'14	8'24	8'34	8'44	8'54	9'04	9'14	9'24	9'34	9'44	9'54	10'04
100m	CJESV	10'10	10'20	10'34	10'44	10'54	10'64	10'74	10'84	10'94	11'04	11'14	11'24	11'34	11'44	11'54	12'04	12'14	12'24	12'34	12'44	12'54	13'04	13'14	13'24
200m	CJESV	20'44	20'64	20'94	21'14	21'34	21'54	22'14	22'34	22'54	23'14	23'34	23'54	24'14	24'34	24'54	25'14	25'34	25'54	26'14	26'34	26'54	27'14	27'34	27'54
300m	C	34'04	34'24	34'44	34'64	34'84	35'04	35'24	35'44	35'64	35'84	36'04	36'24	36'44	36'64	36'84	37'04	37'24	37'44	37'64	37'84	38'04	38'24	38'44	38'64
400m	CJESV	45'24	45'44	45'64	45'84	46'04	46'24	46'44	46'64	46'84	47'04	47'24	47'44	47'64	47'84	48'04	48'24	48'44	48'64	48'84	49'04	49'24	49'44	49'64	49'84
800m	CJESV	1'45'54	1'46'54	1'48'00	1'49'00	1'50'00	1'51'00	1'52'00	1'53'00	1'54'00	1'55'00	1'56'00	1'57'00	1'58'00	1'59'00	2'00'00	2'01'00	2'02'00	2'03'00	2'04'00	2'05'00	2'06'00	2'07'00	2'08'00	2'09'00
1 000m	CJESV	2'16'00	2'17'00	2'18'00	2'19'00	2'20'00	2'21'00	2'22'00	2'23'00	2'24'00	2'25'00	2'26'00	2'27'00	2'28'00	2'29'00	2'30'00	2'31'00	2'32'00	2'33'00	2'34'00	2'35'00	2'36'00	2'37'00	2'38'00	2'39'00
1 500m	CJESV	3'34'00	3'37'00	3'40'00	3'43'00	3'46'00	3'49'00	3'52'00	3'55'00	3'58'00	4'01'00	4'04'00	4'07'00	4'10'00	4'13'00	4'16'00	4'19'00	4'22'00	4'25'00	4'28'00	4'31'00	4'34'00	4'37'00	4'40'00	4'43'00
3 000m	CJESV	7'44'00	7'50'00	8'00'00	8'10'00	8'20'00	8'30'00	8'40'00	8'50'00	9'00'00	9'10'00	9'20'00	9'30'00	9'40'00	9'50'00	10'00'00	10'10'00	10'20'00	10'30'00	10'40'00	10'50'00	11'00'00	11'10'00	11'20'00	11'30'00
5 000m	JESV	13'10'00	13'25'00	13'45'00	14'00'00	14'20'00	14'40'00	15'00'00	15'20'00	15'40'00	16'00'00	16'20'00	16'40'00	16'60'00	16'80'00	17'00'00	17'20'00	17'40'00	18'00'00	18'20'00	18'40'00	19'00'00	19'20'00	19'40'00	19'60'00
10 000m - 10km	CJESV	27'50	28'15	29'00	29'45	30'30	31'15	32'00	32'45	33'30	34'15	35'00	35'45	36'30	37'15	38'00	38'45	39'30	40'15	41'00	41'45	42'30	43'15	44'00	
15km	CJESV	43'30	44'00	44'30	45'00	45'30	46'00	46'30	47'00	47'30	48'00	48'30	49'00	49'30	50'00	50'30	51'00	51'30	52'00	52'30	53'00	53'30	54'00	54'30	
20 000m -20km	JESV	58'30	59'15	1h01'00	1h02'15	1h03'30	1h05'00	1h07'00	1h08'30	1h10'00	1h11'30	1h13'00	1h14'30	1h16'00	1h18'00	1h19'30	1h22'30	1h25'30	1h29'00	1h32'00	1h35'00	1h38'00	1h41'00	1h44'00	1h47'00
Semi-Marathon	JESV	1h01'30	1h02'15	1h04'00	1h05'30	1h07'00	1h08'30	1h10'30	1h12'30	1h14'00	1h15'30	1h17'30	1h19'00	1h21'00	1h23'00	1h25'00	1h27'00	1h29'00	1h31'00	1h33'00	1h35'00	1h37'00	1h39'00	1h41'00	1h43'00
Marathon	ESV	2h10'00	2h12'30	2h15'00	2h17'30	2h20'00	2h22'30	2h25'00	2h27'30	2h30'00	2h32'30	2h35'00	2h37'30	2h40'00	2h42'30	2h45'00	2h47'30	2h50'00	2h52'30	2h55'00	2h57'30	3h00'00	3h02'30	3h05'00	3h07'30
100km	ESV	6h35	6h53	7h10	7h25	7h40	7h55	8h10	8h25	8h40	8h55	9h10	9h25	9h40	9h55	10h10	10h25	10h40	10h55	11h10	11h25	11h40	11h55	12h10	
24 Heures route	ESV	20550m	20300m	20000m	19600m	19200m	18800m	18400m	18000m	17600m	17200m	16800m	16400m	16000m	15600m	15200m	14800m	14400m	14000m	13600m	13200m	12800m	12400m	12000m	
*50m H 0.99m	C	6'54	6'54	6'64	6'74	6'84	6'94	7'04	7'14	7'24	7'34	7'44	7'54	8'04	8'14	8'24	8'34	8'44	8'54	9'04	9'14	9'24	9'34	9'44	
*50m H 1.06m	CJESV	6'43	6'62	6'74	6'84	6'94	7'04	7'14	7'24	7'34	7'44	7'54	8'04	8'14	8'24	8'34	8'44	8'54	9'04	9'14	9'24	9'34	9'44	9'54	
*60m H 0.91m	C	7'64	7'84	7'94	8'04	8'14	8'24	8'34	8'44	8'54	9'04	9'14	9'24	9'34	9'44	9'54	10'04	10'14	10'24	10'34	10'44	10'54	10'64	10'74	
*60m H 1.06m	CJESV	7'57	7'76	7'94	8'14	8'34	8'54	8'74	8'94	9'14	9'34	9'54	10'14	10'34	10'54	10'74	10'94	11'14	11'34	11'54	12'14	12'34	12'54	13'14	
110m H 0.91m	C	13'34	13'64	13'94	14'24	14'54	14'84	15'14	15'44	15'74	16'04	16'34	16'64	16'94	17'24	17'54	18'24	18'54	19'24	19'54	20'24	20'54	21'24	21'54	
110m H 1.06m	CJESV	13'44	13'64	13'84	14'24	14'74	15'14	15'54	15'84	16'14	16'54	17'34	17'64	17'94	18'24	18'54	19'24	19'54	20'24	20'54	21'24	21'54	22'24	22'54	
320m H	C	39'24	40'04	40'84	41'44	42'04	42'64	43'24	44'24	45'24	46'24	47'24	48'24	49'24	50'24	51'24	52'24	53'24	54'24	55'24	56'24	57'24	58'24	59'24	
400m H	JESV	49'44	50'14	51'24	52'74	54'04	55'24	56'24	57'24	58'24	59'24	60'24	61'24	62'24	63'24	64'24	65'24	66'24	67'24	68'24	69'24	70'24	71'24	72'24	
1 500m Steeple	C	4'05'00	4'12'00	4'18'00	4'24'00	4'30'00	4'35'00	4'40'00	4'45'00	4'50'00	4'55'00	5'00'00	5'05'00	5'10'00	5'15'00	5'20'00	5'25'00	5'30'00	5'35'00	5'40'00	5'45'00	5'50'00	5'55'00	6'00'00	
3 000m Steeple	JESV	8'20'00	8'30'00	8'45'00	9'00'00	9'15'00	9'30'00	9'40'00	9'50'00	10'00'00	10'10'00	10'20'00	10'30'00	10'40'00	10'50'00	11'00'00	11'10'00	11'20'00	11'30'00	11'40'00	11'50'00	12'00'00	12'10'00	12'20'00	
Hauteur	CJESV	2m28	2m23	2m16	2m10	2m06	2m01	1m95	1m92	1m89	1m85	1m81	1m78	1m75	1m72	1m68	1m64	1m60	1m55	1m50	1m45	1m40	1m35	1m30	
Perche	CJESV	5m65	5m50	5m40	5m30	5m20	5m10	5m00	4m90	4m80	4m70	4m60	4m50	4m40	4m30	4m20	4m10	4m00	3m90	3m80	3m70	3m60	3m50	3m40	
Longueur	CJESV	8m15	8m00	7m75	7m50	7m20	7m00	6m80	6m60	6m40	6m30	6m20	6m10	6m00	5m85	5m65	5m50	5m35	5m20	5m05	4m85	4m65	4m45	4m25	
Triple Saut	CJESV	17m10	16m80	16m50	16m20	15m75	15m00	14m50	14m10	13m80	13m50	13m20	12m90	12m60	12m30	12m00	11m70	11m40	11m10	10m80	10m50	10m20	9m90	9m60	
Poids 5kg	C	19m50	19m00	18m00	17m00	16m00	15m00	14m40	13m80	13m40	13m00	12m50	12m00	11m50	11m00	10m50	10m00	9m50	9m00	8m50	8m00	7m50	7m00	6m50	
Poids 6kg	CJ	19m50	18m00	17m00	16m00	15m00	14m40	13m80	13m40	13m00	12m50	12m00	11m50	11m00	10m50	10m00	9m50	9m00	8m50	8m00	7m50	7m00	6m50	6m00	
Poids 7kg	CJESV	20m20	19m20	17m00	16m00	15m00	14m40	13m80	13m40	13m00	12m50	12m00	11m50	11m00	10m50	10m00	9m50	9m00	8m50	8m00	7m50	7m00	6m50	6m00	
Disque 1.5kg	C	63m00	59m00	56m00	53m00	50m00	47m00	44m00	42m00	40m00	38m00	36m00	34m00	32m00	30m00	28m00	26m00	24m00	22m00	20m00	18m00	16m00	14m00	12m00	
Disque 1.75kg	CJ	62m00	57m00	54m00	51m00	48m00	45m00	43m00	41m00	40m00	38m00	37m00	35m00	33m00	31m00	29m00	27m00	25m00	23m00	21m00	19m00	17m00	15m00	13m00	
Disque 2kg	CJESV	64m00	61m00	58m00	55m00	52m00	49m00	46m00	43m00	41m00	39m00	38m00	36m00	34m00	32m00	30m00	28m00	26m00	24m00	22m00	20m00	18m00	16m00	14m00	
Marteau 5kg	C	75m00	73m00	71m00	69m00	67m00	65m00	63m00	61m00	59m00	57m00	55m00	53m00	51m00	49m00	47m00	45m00	43m00	41m00	39m00	37m00	35m00	33m00	31m00	
Marteau 6kg	CJ	75m00	71m00	66m00	63m00	61m00	59m00	57m00	55m00	53m00	51m00	49m00	47m00	45m00	43m00	41m00	39m00	37m00	35m00	33m00	31m00	29m00	27m00	25m00	
Marteau 7kg	CJESV	77m00	74m00	66m00	61m00	58m00	56m00	54m00	52m00	50m00	48m00	46m00	44m00	42m00	40m00	38m00	36m00	34m00	32m00	30m00	28m00	26m00	24m00	22m00	
Marteau 700g	C	75m00	73m00	71m00	69m00	67m00	65m00	63m00	61m00	59m00	57m00	55m00	53m00	51m00											

	7'99	8'22	8'54	8'74	8'94	9'24	9'44	9'64	9'84	10'04	10'34	10'54	10'74	10'84	10'94	11'14	11'34	11'44	11'54	11'64	11'74	11'84	11'94
	IA	IB	NI	N2	N3	N4	IR1	IR2	IR3	IR4	RI	R2	R3	R4	R5	R6	D1	D2	D3	D4	D5	D6	D7
*60m H 0.84m	CJESV																						
100m H 0.76m	C																						
100m H 0.84m	CJESV																						
Epreuves	Cat.																						
320m H	C																						
400m H	JESV																						
1 500m Steeple	C																						
2 000m Steeple	J																						
3 000m Steeple	JESV																						
Hauteur	CJESV																						
Perteche	CJESV																						
Longueur	CJESV																						
Triple Saut	CJESV																						
Poids 3kg C																							
Poids 4kg	CJESV																						
Disque 0.8kg	C																						
Disque 1kg	CJESV																						
Marteau 3kg	C																						
Marteau 4kg	CJESV																						
Javelot 600g	CJESV																						
*Féatathlon	CJESV																						
*Pentathlon	CJESV																						
*Pentathlon	CJESV																						
Hepathlon C																							
Hepathlon JESV																							
Décathlon JESV																							
3 000m marche	CJESV																						
5 000m marche	CJESV																						
30mn Marche	C																						
10 000m-10km Marche	JESV																						
45mn Marche	J																						
Heure Marche	JESV																						
20 000m-20km Marche	JESV																						
Gd. Fond Marche	ESV																						

*épreuves en salle

MONTEES DE BARRE

Qualifications sur Minima D et E pour les Championnats Régionaux et Ile-de-France en salle



Ces montées de barre doivent être respectées lors des championnats départementaux. Toute hauteur franchie ne les respectant pas sera ramenée à la performance inférieure.

HAUTEUR FEMMES (Ca, Ju, Es, Se)												
	1m40	1m45	1m50	1m54	1m57	1m60	1m63	1m66	1m69	1m71	1m73	
HAUTEUR HOMMES (Ca, Ju, Es, Se)												
	1m65	1m70	1m75	1m80	1m85	1m89	1m92	1m95	1m98	2m01	2m04	2m06
PERCHE FEMMES (Ca, Ju, Es, Se)												
	2m20	2m40	2m60	2m80	3m00	3m10	3m20	3m30	3m40	3m50	3m60	3m70
PERCHE HOMMES (Ca, Ju, Es, Se)												
	3m10	3m30	3m50	3m70	3m90	4m00	4m10	4m20	4m30	4m40	4m50	4m60
	4m70	4m80	4m90	5m00	5m05							



QUALIFICATIONS AUX CHAMPIONNATS DE FRANCE SAISON HIVERNALE 2011

Ces informations sont communiquées à titre indicatif.

Toutes les informations concernant les championnats de France sont disponibles sur le site www.athle.com

Calendrier des championnats de France – saison hivernale 2011

- 12-13/02 : Championnats de France Vétérans en salle – Vittel (LOR)
- 12-20/02 : Championnats de France Elite en salle
- 26-27/02 : Championnats Nationaux d'Épreuves Combinées en salle
- 26-27/02 : Championnats Nationaux de marche en salle
- 26-27/02 : Championnats Nationaux Hivernaux de lancers longs
- 27/02 : Championnats de France de Cross-country – Paray-le-Monial (BOU)
- 12-13/03 : Championnats de France Cadets-Juniors en salle
- 19-20/03 : Championnats Nationaux et Championnats de France Espoirs en salle

Modalités de qualification

A partir du 1^{er} janvier 2011, les qualifications aux différents championnats se feront au bilan.

Les bilans prendront en compte toutes les performances réalisées à compter du 1^{er} janvier de l'année en cours et jusqu'à la date limite fixée pour chaque championnat.

Modalités d'engagement

Il n'y a aucune formalité à accomplir. Avant chaque période de compétition la FFA publiera une circulaire précisant pour chaque championnat les différentes dates (limite de prise en compte des bilans, date de la parution des athlètes qualifiés et date limite des désengagements).



COMITES DEPARTEMENTAUX D'ATHLETISME EN ILE DE FRANCE

COMITE DEPARTEMENTAL DE PARIS (75)

CDOS PARIS – 32 rue Rottembourg– 75012 PARIS
tél/fax : 01.43.44.00.20
E-mail : athleparis@yahoo.fr
<http://comitedeparis.athle.com>

COMITE DEPARTEMENTAL DE SEINE ET MARNE (77)

Maison Départementale des Sports
Comité d'Athlétisme de Seine et Marne
Case Postale 7630
77007 - MELUN CEDEX
Tél/Fax : 01.60.56.04.58
E-mail : athle77@wanadoo.fr
<http://comite77.athle.com>

COMITE DEPARTEMENTAL DES YVELINES (78)

188 rue des Ecoles - 78955 - CARRIERES S/POISSY
Tél : 01.30.65.02.78 - Fax : 01.30.74.03.36
E-mail : acday@club-internet.fr
<http://cda78.athle.org>

COMITE DEPARTEMENTAL DE L'ESSONNE (91)

7 rue du 8 mai 1945 - 91130 - RIS ORANGIS
Tél : 01.69.02.00.43 - Fax : 01.69.02.00.43
E-mail : cd91@free.fr
<http://www.cd91athle.org>

COMITE DEPARTEMENTAL DES HAUTS DE SEINE (92)

1 Square Charles Perrault - 92350 - LE PLESSIS ROBINSON
Tél : 09 79 20 35 14 - Fax : 01 46 30 54 58
Fax : 01.46.35.48.98
E-mail : cda92@wanadoo.fr
<http://cda92.athle.org>

COMITE DEPARTEMENTAL DE SEINE SAINT DENIS (93)

Tour Essor 93 - 14/16 rue Scandicci – 93500 - PANTIN
Tél : 01 48 95 02 63
E-mail : athle93@wanadoo.fr
<http://cda93.athle.com>

COMITE DEPARTEMENTAL DU VAL DE MARNE (94)

2 rue Tirard - 94000 – CRETEIL
Tel : 01.48.99.44.14
E-mail : cplat@club-internet.fr
<http://athle94.org>

COMITE DEPARTEMENTAL DU VAL D'OISE (95)

106 Rue des Bussys - 95600 - EAUBONNE
Tél : 01.39.59.61.90 - Fax : 01.34.27.67.29
E-mail : cdavo@wanadoo.fr
<http://cdavo.athle.org/>

LES CONTACTS DE LA L.I.F.A.

DIRECTION DES COMPETITIONS

01.42.55.95.51 **Eric JAFFRELOT**

E-Mail : eric.jaffrelot@athleif.org

DIRECTION ADMINISTRATIVE

01.42.55.48.68 **Jack ROULET**

E-Mail : jack.roulet@athleif.org

01.42.55.51.76 **Isabelle BOUAZIZ**

E-Mail : isabelle.bouaziz@athleif.org

DIRECTION DU DEVELOPPEMENT

01.42.55.95.53 **Hatem BEN AYED**

E-Mail : hatem.benayed@athleif.org

01.42.55.95.59 **Lahcen SALHI**

E-Mail : lahcen.salhi@athleif.org

MEBATEH



LIGUE DE L'ÎLE DE FRANCE D'ATHLETISME

**16 Rue Vincent Compoint
75018 PARIS**

Fax : 01 42 55 57 30 / e-mail : lifa@athleif.org

Site Internet LIFA

<http://lifa.athle.org/>