

CHAMPIONNATS DE L'ESSONNE INDOOR CJES

EPREUVES COMBINEES - AVEC 75-91-93-94

Samedi 04 janvier et Dimanche 05 janvier 2020

INSEP - 11 Avenue du Tremblay - 75012 Paris

ENGAGEMENTS DES ATHLETES

Au plus tard le jeudi 02 janvier 2020 à 20h00 sur le module d'engagement disponible sur le site du CDA 93 : <http://cda93.athle.com/asp.net/espaces.engage/engage.aspx>

Samedi 4 janvier : début des épreuves à 14h30

Ordre des courses :

14h30 : 60m haies FEM (JUF/ESF/SEF)

14h55 : 60m CAM puis JUM

15h20 : 60m ESM/SEM.

Concours : perche CAM et hauteur JUM/ESM/SEM

Dimanche 5 janvier : début des épreuves à 10h00

Ordre des courses :

10h00 : 60m haies ESM/SEM/JUM/CAM

10h40 : 60m haies FEM (CAF)

Concours : perche JUM/ESM/SEM et hauteur CAM

Epreuves du pentathlon féminin :

60m haies – hauteur – longueur – poids - 800m

Epreuves de l'heptathlon masculin :

1ère journée : 60m – hauteur ou perche – longueur – poids

2ème journée : 60m haies – hauteur ou perche – 1000m