

	HOMMES U20M, MAS	U18M	U16M	U14M	U12M	U10M	FEMMES U20W, MAS	U18W	U16W	U14W	U12W	U10W	
09h45	Marteau 7,26 kg / 6 kg	Marteau 5 kg	Marteau 4 kg				Marteau 4 kg	Marteau 3 kg	Marteau 3 kg				09h45
10h30											Longueur 1	Longueur 2	10h30
11h30											Balle 200 gr	50 m	11h30
11h45						50 m			Hauteur	Hauteur			11h45
12h00				Longueur 2 Disque 0,75 kg			Poids 4 kg	Poids 3 kg	Disque 0,75 kg	Disque 0,75 kg			12h00
12h15					60 m								12h15
12h30		Disque 1,5 kg				Longueur 1					60 m		12h30
12h45			Poids 4 kg						Poids 3 kg	60 m		Balle 200 gr	12h45
13h00	Perche	Perche	Perche	60 m			Hauteur Perche	Hauteur Perche	Perche	Longueur 2			13h00
13h15													13h15
13h30	Disque 2 kg / 1,75 kg		80 m		Balle 200 gr								13h30
13h45			Longueur 1	Poids 3 kg					80 m				13h45
14h00	800 m / Triple	800 m / Triple	Triple				Triple	Triple	Triple				14h00
14h15						Balle 200 gr	800m	800m					14h15
14h30	Hauteur	Hauteur	Disque 1 kg		Longueur 2		400m/ Disque 1 kg	400m / Disque 1 kg	Longueur 1	Poids 3 kg			14h30
14h35	400 m	400 m											14h35
14h50										600 m	600 m	600m	14h50
15h00				600 m	600 m	600m							15h00
15h10							100 m	100 m					15h10
15h20	100 m	100 m	Hauteur	Hauteur			Javelot 600	Javelot 500	Javelot 400				15h20
15h30	Poids 7,26 kg / 6 kg				60m haies 76 cm					60m haies 76 cm	60m haies 76 cm		15h30
15h40							Longueur 2	Longueur 2					15h40
15h50	Longueur 1	Longueur 1		80 haies 76 cm					80 haies 76 cm				15h50
16h00								100 haies 76 cm					16h00
16h10			100 haies 84 cm				100 haies 84 cm						16h10
16h20	110 haies 106 cm / 99 cm	110 haies 91 cm Poids 5 kg											16h20
16h40	Javelot 800	Javelot 700	Javelot 600 / 600m						600 m				16h40
16h50	200 m	200 m											16h50
17h05							200 m	200 m					17h05

**Renseignements :** Nathan Gyger / nathan.gyger@hotmail.com  
**Inscriptions :** en ligne sur le site de Swiss Athletics jusqu'au mercredi 2 juillet 2025 à 23h59

Compte pour la Ligue des pépites AJA (**discipline en évidence**)

