

## **11.1 Les courses**

### **11.1.1 Le départ**

- Pour les benjamines et les benjamins le départ en starting-blocks est interdit.
- Les pupilles et minimes ne sont pas obligés d'utiliser les blocs de départ dans les courses où ceux-ci sont requis.
- Si ces derniers les utilisent, ils doivent respecter les règles IAAF.
- Les ordres du starter seront : « A vos marques » et « prêts », suivis du coup de pistolet pour les distances allant jusqu'au 300m, même si tous les athlètes partent debout ou avec une main au sol derrière la ligne.

### **11.1.2 Les faux départs**

- Un athlète est disqualifié s'il est responsable de **deux** faux départs.
- En épreuves combinées, un athlète sera disqualifié s'il est responsable de **trois** faux départs.

### **11.1.3 La vitesse du vent**

- La vitesse du vent n'est jamais mesurée lors des meetings BPM.

### **11.1.4 Les relais**

- Dans les relais des équipes de filles et de garçons peuvent courir dans la même série (pas dans la même équipe).
- Dans une équipe de benjamin(e)s la mixité est autorisée.

### **11.1.5 Courses de 1.000 mètres**

- La mixité est autorisée

## **11.2 Les concours.**

### **11.2.1 Généralités**

- Dans tous les concours, à l'exception du saut en hauteur et du saut à la perche, les athlètes n'ont droit qu'à trois essais, quel que soit le nombre de participants.

### **11.2.2 Vitesse du vent**

- Dans le concours du saut en longueur, la vitesse du vent n'est pas mesurée.

### **11.2.3 Les sauts verticaux**

- Lorsque le nombre de participants est trop élevé, il est loisible au directeur de réunion de diminuer le nombre d'essais (2 au lieu de 3).
- Lorsqu'un athlète refuse de sauter 3 fois à la même hauteur (c'est-à-dire qu'il prend son élan, ne franchit pas la barre et ne commet aucune faute) il voit son saut considéré comme nul, même si le temps imparti n'est pas écoulé.
- Lorsque deux ou plusieurs athlètes sont ex aequo pour la première place, il n'y a pas de barrage. Tous les athlètes seront classés à la première place.

### **11.2.4 Le saut en longueur pour benjamin(e)s**

- La planche d'appel est réintégrée pour autant qu'elle soit à maximum à 1 mètre du bord du bac de réception. Si la planche d'appel se trouve à plus d'un mètre du bac, il faut peindre une ligne blanche de 5 cm de large à 1 mètre du bord du bac. Elle servira de substitut à la plasticine.
- L'élan maximum autorisé est de 15m, à partir de la planche d'appel.

### **11.2.5 Le lancer du Poids**

- Les benjamins et benjamines, en compétition **Outdoor**, lancent obligatoirement le poids de 1 Kg **Indoor**.

### **11.2.6 Le lancer de la Balle de Hockey**

- La Balle de hockey doit satisfaire aux exigences suivantes :
  - Poids : entre 156 et 169 grammes ;
  - Circonférence : comprise entre 22.4 et 23.5 cm.
  - Aspect : lisse
- Aucun moyen d'assistance n'est autorisé.
- Le jet s'effectue par extension du dos de la main.
- L'athlète ne peut toucher ou dépasser l'arc de cercle ou une des lignes parallèles délimitant la zone d'élan lors du lancer.
- L'athlète ne peut quitter l'aire d'élan avant que la balle n'ait touché le sol.
- La balle doit retomber complètement à l'intérieur des lignes du secteur de chute.
- Il est interdit de relancer la balle vers la zone d'élan
- Les mesurages s'effectuent comme pour le lancer du javelot.
- L'athlète a droit à 3 essais quel que soit le nombre de participants.

## **11.3 La marche**

11.3.1 L'esprit de l'article 230 de l'IAAF est conservé et plus spécialement la gradation des mises en garde et des avertissements pour la jambe non tendue et la perte de contact.

La mise en garde et l'avertissement sont jugés de la même façon que prévu au dit article 230, mais traduits en secondes de pénalisation.

11.3.2 La mise en garde pour jambe non tendue coûte à l'athlète cinq (5) secondes de pénalisation. La mise en garde pour perte de contact avec le sol vaut également cinq (5) secondes de pénalisation.

11.3.3 Le même Juge ne donne jamais plus de deux mises en garde au même athlète, soit maximum une mise en garde pour chacune des fautes.

11.3.4 Dans tous les cas, l'athlète aura droit à une mise en garde avant l'établissement de l'avertissement.

11.3.5 Chaque avertissement qui est donné dans le sens de l'Article 230 de l'IAAF équivaut à une pénalisation de cinq (5) secondes supplémentaires.

11.3.6 Dès que le Chef Juge de marche est en possession de trois cartes rouges (avertissement), il en informe l'athlète en lui montrant un signal jaune. Cet athlète est autorisé à poursuivre l'épreuve.

11.3.7 A l'issue de l'épreuve, l'athlète qui n'a pas été pénalisé d'un avertissement par la majorité des Juges en fonction est sanctionné d'autant de fois cinq (5) secondes qu'il a reçu de mises en garde.

11.3.8 Si la majorité des Juges en fonction ont délivré un avertissement pour un même athlète, celui-ci est classé à la dernière place, sans mention de temps.

11.3.9 En cas d'égalité de temps, l'athlète le moins pénalisé est classé avant l'autre.

11.3.10 Le signal rouge est réservé à un athlète qui manifeste une attitude offensante. Ce signal rouge vaut disqualification. L'athlète doit immédiatement retirer son dossard et quitter la piste ou le circuit. Il ne peut être donné que par le Juge Arbitre.

11.3.11 Le classement de l'épreuve reprend les renseignements requis plus le temps de pénalisation et le temps total.

11.3.12 Les temps, même avec pénalisation, peuvent être homologués si toutes les conditions pour cette homologation sont réunies.

## BENJAMIN(E)S – PUPILLES – MINIMES.

### Epreuves Classiques.

### OUTDOOR

<u>Filles</u>	<u>Garçons</u>
---------------	----------------

#### COURSES

Benjamines	Pupilles	Minimes	Benjamins	Pupilles	Minimes
	60 H	60 H		60 H	80 H
60	60	80	60	60	80
		150			150
		150 H			150H
		300			300
600	1000	1000	600	1000	1000

#### CONCOURS

Hauteur	Hauteur	Hauteur	Hauteur	Hauteur	Hauteur
		Perche			Perche
Longueur	Longueur	Longueur	Longueur	Longueur	Longueur
Poids	Poids	Poids	Poids	Poids	Poids
B Hockey	B Hockey	Javelot	B Hockey	B Hockey	Javelot
	Disque	Disque		Disque	Disque

#### RELAIS

4 x 60	4 x 60	4 x 80	4 x 60	4 x 60	4 x 80

#### MARCHE PISTE

1000	1000	1000	1000	1000	1000
		2000		2000	2000
					3000

#### MARCHE SUR ROUTE

1 Km	1 Km	1 Km	1 Km	1 Km	1 Km
		2 Km		2 Km	2 Km
					3 Km

#### CROSS - LA MIXITE EST AUTORISEE

Max 600m	Max 1000m	Max 1200m au 31/12 Max 1500m au 31/03	Max 600m	Max 1000m	Max 1500m au 31/12 Max 1800m au 31/03
----------	-----------	--	----------	-----------	--

### Epreuves Combinées

### OUTDOOR

<u>Filles</u>			<u>Garçons</u>		
Benjamines	Pupilles	Minimes	Benjamins	Pupilles	Minimes
<b>Tétrathlon</b>	<b>Tétrathlon</b>	<b>Pentathlon</b>	<b>Tétrathlon</b>	<b>Tétrathlon</b>	<b>Pentathlon</b>
60	60	80 ou 60 H	60	60	80 ou 80 H
Saut	Saut	Saut	Saut	Saut	Saut
Lancer	Lancer	Lancer	Lancer	Lancer	Lancer
600	1000	Concours	600	1000	Concours
		1000			1000

**Epreuves Classiques****INDOOR**

<b>COURSES</b>					
<b>Filles</b>			<b>Garçons</b>		
<b>Benjamines</b>	<b>Pupilles</b>	<b>Minimes</b>	<b>Benjamins</b>	<b>Pupilles</b>	<b>Minimes</b>
	40 H	40 H		40 H	40 H
	50 H	50 H		50 H	50 H
	60 H	60 H		60 H	60 H
40	40	40	40	40	40
60	60	60	60	60	60
		150			150
		300			300
600	1000	1000	600	1000	1000

<b>CONCOURS</b>					
<b>Filles</b>			<b>Garçons</b>		
<b>Benjamines</b>	<b>Pupilles</b>	<b>Minimes</b>	<b>Benjamins</b>	<b>Pupilles</b>	<b>Minimes</b>
Hauteur	Hauteur	Hauteur	Hauteur	Hauteur	Hauteur
		Perche			Perche
Longueur	Longueur	Longueur	Longueur	Longueur	Longueur
Poids	Poids	Poids	Poids	Poids	Poids

**Epreuves Combinées****INDOOR**

<b>Filles</b>			<b>Garçons</b>		
<b>Benjamines</b>	<b>Pupilles</b>	<b>Minimes</b>	<b>Benjamins</b>	<b>Pupilles</b>	<b>Minimes</b>
Tétrathlon	Tétrathlon	Pentathlon	Tétrathlon	Tétrathlon	Pentathlon
60	60	60 ou 60 H	60	60	60 ou 60 H
Saut	Saut	Saut	Saut	Saut	Saut
Poids	Poids	Poids	Poids	Poids	Poids
		Hauteur			Hauteur
600	1000	1000	600	1000	1000

**Particularités des Epreuves combinées.**

- Le saut à la perche ne peut être programmé (ni comme saut, ni comme concours).
- Le 600m ou 1000m est toujours la dernière épreuve en épreuves combinées.

## Les haies

### Outdoor

	Epreuves	Hauteur des haies	Nombre de haies	Départ - 1ère haie	Entre les haies	Dernière haie - arrivée
Pupilles Filles	60 H	0.762m	6	11.00m	7.00m	14.00m
Minimes Filles	60 H	0.762m	6	11.00m	7.00m	14.00m
Minimes Filles	150 H	0.762m	3	40.00m	35.00m	40.00m
Pupilles Garçons	60 H	0.762m	6	11.00m	7.00m	14.00m
Minimes Garçons	80 H	0.762m	8	12.00m	8.00m	12.00m
Minimes Garçons	150 H	0.762m	3	40.00m	35.00m	40.00m

### Indoor

	Epreuves	Hauteur des haies	Nombre de haies	Départ - 1ère haie	Entre les haies	Dernière haie - arrivée
Pupilles Filles	40 H	0.762m	3	11.00m	7.00m	
Pupilles Filles	50 H	0.762m	4	11.00m	7.00m	18.00m
Pupilles Filles	60 H	0.762m	5	11.00m	7.00m	21.00m
Minimes Filles	40 H	0.762m	3	11.00m	7.00m	
Minimes Filles	50 H	0.762m	4	11.00m	7.00m	18.00m
Minimes Filles	60 H	0.762m	5	11.00m	7.00m	21.00m
Pupilles Garçons	40 H	0.762m	3	11.00m	7.00m	
Pupilles Garçons	50 H	0.762m	4	11.00m	7.00m	18.00m
Pupilles Garçons	60 H	0.762m	5	11.00m	7.00m	21.00m
Minimes Garçons	40 H	0.838m	3	12.00m	8.00m	
Minimes Garçons	50 H	0.838m	4	12.00m	8.00m	14.00m
Minimes Garçons	60 H	0.838m	5	12.00m	8.00m	16.00m

## Les engins.

### Poids

<u>Filles</u>			<u>Garçons</u>		
Benjamines	Pupilles	Minimes	Benjamins	Pupilles	Minimes
1 Kg indoor	2 Kg	2 Kg	1 Kg indoor	2 Kg	3 Kg

### Disque

<u>Filles</u>			<u>Garçons</u>		
Benjamines	Pupilles	Minimes	Benjamins	Pupilles	Minimes
	0.600 Kg	0.600 Kg		0.600 Kg	1 Kg

### Javelot

<u>Filles</u>			<u>Garçons</u>		
Benjamines	Pupilles	Minimes	Benjamins	Pupilles	Minimes
		0.400 Kg			0.400 Kg