



## Match interpays

**BEL – NED - GER**  
**Gand, le 07 février 2010**

2 athlètes par discipline

Relais : maximum 2 équipes – le résultat de la meilleure équipe sera prise en compte.

### Programme

Filles (°94-93) : 60-60H-200-400-800-longueur-hauteur-poids-4x200  
 garçons (°94-93) : 60-60H-200-400-800- longueur-hauteur-poids -4x200

### Horaire

<b>11u00</b>	Briefing de l'équipe à 11h			
<b>12u30</b>	60	filles	Poids	filles
	60	garçons	hauteur	garçons
	60H	filles	Longueur	filles
	60H	garçons		
<b>14u</b>	200	filles		
	200	garçons		
<b>14u40</b>	400	filles		
	400	garçons		
<b>15u20</b>	800	filles		
	800	garçons		
<b>16u00</b>			hauteur	filles
<b>16u30</b>			Poids	garçons
			Longueur	garçons
<b>17u30</b>	4x200	filles		
	4x200	garçons		

### Matériels

Poids		Garçons: 5kg		Filles: 4kg	
<b>haies</b>	nombre	hauteur	Dist départ- 1ère haie	Dist entre les haies	Dis derrière haie - arrivée
Filles	5	0,762 m	13,00 m	8,50 m	13,00 m
Garçons	5	0,914 m	13,72 m	8,90 m	10,86 m

**Distributions des points** 7- 5 - 4 - 3 - 2 - 1

Relay: 7 - 4 - 2

### Repas de midi

Un lunch packet est prévu pour chaque athlète.