

## Meeting n°5 RCA SPA – Samedi 07 octobre 2023 – 13h

Lieu : Center sportif de Manhay

	Hommes	Dames
<b>BEN</b>	60M, BALLE, 600M	60M, BALLE, 600M
<b>PUP</b>	60M, BALLE, 1000M	60M, BALLE, 1000M
<b>MIN</b>	80M, LONG, PDS, 1000M	80M, HAUT, PDS, 1000M
<b>CAD</b>	PDS	PDS
<b>SCO</b>	PDS	PDS
<b>JUN/SEN/MAS</b>	PDS	PDS
<b>TC</b>	1000M, LONG, TRIPLE, PER, HAUT	1000M, LONG, TRIPLE, PER, HAUT

Inscription : 2,00€ par épreuve, MAX 5,00€ par athlète. Chrono électronique

**! Inscriptions souhaitées au préalable via [Liveathletics](#) !**

	Courses	Sauts	Lancers
13h00		LONG MIN H	PDS MIN D
		<b>PER TC D+H (- 3m)</b>	<b>BALLE BEN H</b>
13h15			
13h30	60M PUP D	HAUT MIN D	
13h45	60M PUP H	<b>LONG TC H</b>	<b>BALLE BEN D</b>
14h00	<b>60M BEN H</b>		PDS MIN H
14h15	<b>60M BEN D</b>		
14h30	80M MIN D		BALLE PUP D
14h45	80M MIN H	<b>LONG TC D</b>	
15h00		<b>PER TC D+H (+ 3m)</b>	
15h15	<b>600M BEN D</b>		BALLE PUP H
15h30	<b>600M BEN H</b>		<b>PDS CAD/SCO H</b>
			<b>PDS JUN/SEN/MAS H</b>
15h45	1000M PUP D	<b>HAUT TC D+H</b>	
16h00	1000M PUP H		
16h15	1000M MIN D		
16h30	1000M MIN H	<b>TRIPLE TC D+H</b>	<b>PDS CAD/SCO D</b>
			<b>PDS JUN/SEN/MAS D</b>
16h45	<b>1000M TC D</b>		
17h00	<b>1000M TC H</b>		