

**CHAMPIONNATS D'OCCITANIE DE LANCERS LONGS  
CA-JU-ES-Elite & MEETING DE POIDS CA-JU-ES-Elite**

**SESQUIERES (31) SAMEDI 07 FÉVRIER 2026 (315163)**

**1- NATURE de la COMPÉTITION :** CADETS-JUNIORS-ESPOIRS-ELITE

**2- QUALIFICATIONS des ATHLETÈS :** Bilan des perf réalisées depuis le 1/09/25.

- **15 MEILLEURES CA-JU** au bilan de chaque épreuve dans chaque catégorie parmi les demandes de participation.
- **15 MEILLEURES ES-TC** au bilan de chaque épreuve dans chaque catégorie parmi les demandes de participation.

**Les demandes de qualifications exceptionnelles applicables :** Cf. page 20.

**3- FORFAIT :** Cf. page 20.

**4- RÉCOMPENSES :**

Elles sont réservées aux athlètes français licenciés dans un club de la LAO mais les étrangers licenciés dans un club LAO peuvent éventuellement recevoir une médaille-souvenir.

**Lancers Longs :** Médaille d'or, d'argent et de bronze à chaque épreuve de chaque catégorie CA-JU-ES-Elite pour le disque, javelot, marteau.

**5- RÈGLES de QUOTAS des OFFICIELS :** Cf. page 19.

Repas des officiels offert par la LAO le samedi midi.

**6- RÈGLES TECHNIQUES PARTICULIERES :**

- Les athlètes Masters lancent les engins de la catégorie sénior.
- Les athlètes devront confirmer leur participation à chaque épreuve sur la feuille prévue à cet effet sur les tables de confirmation avant l'heure limite indiquée. Dans le cas contraire, ils ne pourront participer que « HC ». Ils ne recevront donc pas de médailles.
- 3 essais pour tous les athlètes et seuls les 8 premiers bénéficient de 3 essais supplémentaires.

**7- HORAIRES :**

**SAMEDI 07 FÉVRIER 2026**

10h00 : Ouverture du Secrétariat

Confirmation 30min avant l'épreuve

10h30 : Mise en place du jury

**PROJET d'HORAIRES :**

Le délégué technique a toute latitude pour modifier les horaires en fonction de la participation et du déroulement effectif des épreuves.

**Les épreuves de poids CA-JU-ES-ELITE sont « hors championnats ».**

HORAIRES	MARTEAU	DISQUE	JAVELOT	POIDS
11 H 00	CAM	CAF	ESM+SEM	ESF+SEF+JUF
12 H 00				ESM+SEM
12 H 30	JUF+ESF+SEF	JUM+CAM	JUF+ESF+SEF	
13 H 00				CAF
13 H 30		JUF+ESF+SEF	CAMF	
14 H 00	JUM+ESM+SEM			CAM
14 H 30		ESM+SEM		
15 H 00	CAF			JUM
15 H 30			CAM+JUM	
16 H 00				
16 H 45	Fin des épreuves			