

**Programme 2019-2020 des meetings Indoor**  
**« La Coque » de Luxembourg-Kirchberg + cross-countries FLA**

- ❖ « Indoor Laf Meeting 1 » (spécial « courses ») - Vendredi 20 décembre 2019 – à partir de 19h00

<b>Féminines</b>	<b>Masculins :</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 300m - de cadettes à masters</li> <li>• 600m - de cadettes à masters</li> <li>• 1000m - de pupilles à masters</li> <li>• 5000 m - de scolaires à masters*</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 300m - de cadets à masters</li> <li>• 600m - de cadets à masters</li> <li>• 1000m - de pupilles à masters</li> <li>• 5000 m - de scolaires à masters*</li> </ul>

**\*Championnats nationaux = inscriptions sous réserve de places disponibles**

- ❖ « Indoor Meeting Regio 1 » - dimanche 5 janvier 2020 – à partir de 14h00

Féminines :

- 60mH - Minimes (Haies: 0.762m)
- 60m, 60mH, Hauteur, Perche, Poids (3kg) - cadettes (Haies: 0.762m)
- 60m, 60mH, 400m, Hauteur, Perche, Poids (3kg) - scolaires (Haies: 0.762m)
- 60m, 60mH, 400m, Hauteur, Perche, Poids (4kg) - de juniores à Masters (Haies: 0.840m)

Masculins :

- 60mH - Minimes (Haies: 0.762m)
- 60m, 60mH, Triple-Saut, Perche, Poids (4kg) - cadets (Haies: 0.840 m)
- 60m, 60mH, 400m, Triple-Saut, Perche - de scolaires à Masters (Haies: 0.914m Sc., 0.991m J et 1.067m E/S)
- Poids 7,260kg – Espoirs et Séniors

- ❖ « Indoor Meeting Regio 2 » - Samedi 11 janvier 2020 – à partir de 14h30

Féminines :

- 200m, Perche - cadettes
- 200m, 800m, Longueur, Perche – scolaires
- 200m, 800m, Longueur, Perche – de juniores à masters
- 3000m – de juniores à Masters (attention : Championnats Nationaux Luxembourgeois – places limitées)

Masculins :

- 200m - cadets
- 200m, 800m, Hauteur, Longueur, Poids (5 kg) – scolaires
- 200m, 800m, Hauteur, Longueur, Poids (J=6 kg ; E/S=7 kg)
- 3000m – d'Espoirs à Masters (attention : Championnats Nationaux Luxembourgeois – places limitées)

- ❖ « Challenge Tageblatt Indoor 1 » - Dimanche 12 janvier 2020 – à partir de 13h20

<b>Féminines :</b>	<b>Masculins :</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 50m, Longueur - pupilles</li> <li>• 60m, Longueur - minimes</li> <li>• 800m, Longueur - cadettes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 800m, Hauteur – pupilles</li> <li>• 800m, Hauteur – minimes</li> <li>• 800m, Poids (4 kg) – cadets</li> </ul>

- ❖ « 35<sup>èmes</sup> Championnats Luxembourgeois Indoor »\* - Samedi 25 janvier 2019 – à partir de 13h30  
**\* Championnats nationaux = inscriptions sous réserve de places disponibles**

Dames – de juniores à masters:

- 60m (S-F), 60mH (S-F), 200m (FD), 400m (FD) 800m (FD), 1500m (FD), Triple-saut, Hauteur, Perche, Longueur, Poids (4 kg)

Hommes – de juniors à masters:

- 60m (S-F), 60mH (S-F), 200m (FD), 400m (FD) 800m (FD), 1500m (FD), Triple-saut, Hauteur, Perche, Longueur, Poids (7 kg)

*S-F=Séries-Finales (Finales sprint: théoriquement réservées aux athlètes FLA, sauf si places disponibles)*

*FD = Finale Directe*

- ❖ « Challenge Tageblatt Indoor 2 » - Dimanche 26 janvier 2020 – à partir de 13h00

<b>Féminines :</b>	<b>Masculins :</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 800m, Hauteur – pupilles et minimes</li> <li>• 60m, Poids (3kg) – cadettes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 50m, Longueur – pupilles</li> <li>• 60m, Longueur – minimes et cadets</li> </ul>

- ❖ « Meeting International CMC » - samedi 1<sup>er</sup> février 2020

- *Horaire & programme non encore disponibles (épreuves à minima & sur invitation) !!!!*

- ❖ « Match Jeunes International » - dimanche 2 février 2020

- *Programme non encore disponible ; attention il s'agit match ; participation sous réserve de sélection ; les convocations suivront pour les athlètes concerné(e)s.*

❖ « Indoor Meeting Regio 3 » - samedi 8 février 2020 – à partir de 14h00

Féminines :

- 60m, 60mH, Triple-saut - cadettes (Haies : 0.762m)
- 60m, 60mH, 1500m, Triple-saut - scolaires (Haies : 0.762m)
- 60m, 60mH, 200m, 1500m, Triple-saut, Poids 4kg, **4x200m\*** - de juniores à masters (Haies : 0.840m J/E/S)

Masculins :

- 60m, 60mH, Hauteur, Perche – cadets (Haies : 0.840)
- 60m, 60mH, 1500m, Hauteur, Perche – scolaires (Haies : 0.914)
- 60m, 60mH, 1500m, Hauteur, Perche – juniors (Haies : 0.991m)
- 60m, 60mH, 200m, 1500m, Hauteur, Perche, Poids 7,260kg, **4x200m\*** – Espoirs à Masters (Haies : 1.067m)

**\*Championnats nationaux = inscriptions sous réserve de places disponibles**

➤ Catégories :

- les dénominations des catégories d'âge ont été converties suivant les standards LBFA. Pour information, en cas d'inscription, bien veiller à communiquer la catégorie suivant la **dénomination de la FLA** ainsi que la date de naissance.
- Tableau de correspondance (LBFA / FLA) :

Années de naissance	Catégories « LBFA »	Catégories « FLA »
2013 & 2014	<i>Pas de catégories</i>	Ludiques
2011 & 2012	Benjamin(e)s	Benjamin(e)s
2009 & 2010	Pupilles	Débutant(e)s
2007 & 2008	Minimes	Scolaires
2005 & 2006	Cadet(te)s	Minimes
2003 & 2004	Scolaires	Cadet(te)s
2001 & 2002	Junior(e)s	Junior(e)s
1998, 1999 & 2000	Espoirs	Espoirs
1997 et avant	Sénior(e)s / Master(s)	Sénior(e)s

➤ Renseignements complémentaires et extraits du règlement :

- Adresse exacte (utile pour le GPS) : 1, rue Léon Hensgen / Luxembourg-Kirchberg
- Organisateur Fédération Luxembourgeoise d'Athlétisme 3, route d'Arlon L-8009 Strassen  
Tél : +352 480670 / Fax : +352 460572 / Email : [fla@fla.lu](mailto:fla@fla.lu)
- Préinscriptions : au plus tard le mardi précédent le meeting du week-end – 4 € (par épreuve) à régler le jour du meeting, en même temps que la confirmation à la chambre d'appel (**60 minutes grand max avant l'épreuve**).
- Centralisation obligatoire des inscriptions **pour les athlètes de l'A.C.D.** par envoi d'email à Michel Rausch ([mirausch@pt.lu](mailto:mirausch@pt.lu)) pour **le mardi qui précède la compétition** (renseignements GSM +352 621 145 766) / pour informations complémentaires, rappels et changements éventuels de programmes, suivre régulièrement la page Facebook de l'AC Dampicourt
- Inscriptions tardives, **sous réserve de places disponibles ; 60 minutes grand max avant l'épreuve** – 6 € (par épreuve) à régler sur place
- Pour les horaires exacts voir [www.flu.lu](http://www.flu.lu)

➤ Les épreuves de cross-country 2019-2020 organisés par la FLA et **qui ne rentrent pas en concurrence** avec ceux de la Province de Luxembourg :

Date	Lieu	Club organisateur
15 décembre 2019 (dès 11h30)	Esch/Alzette (Ellergronn)	FOLA
19 janvier 2020 (dès 13h00)	Dudelage (au Parc Leh)	CAD
1 <sup>er</sup> mars 2020	Grevenmacher – Championnats Nationaux	CAEG