



Saison 2019

Laser run
Dimanche 19 janvier
2020

PROGRAMME

Compétition laser run US Métro et Antony laser run :

8h00 – Réunion technique au complexe sportif de l'US Métro

Combiné :

8h15 - Échauffement

9h - Première série

12h – Dernière série

Proclamation des résultats et remise des récompenses au fur et à mesure de la compétition

Challenge RATP :

11h30 - Présentation du laser run en salle de réunion

12h – Séance d'initiation au tir laser dans le gymnase

12h30 – Le challenge RATP avec 3 fois 100 m avec tir par série

13h30 – Réception des participants RATP par le bureau de l'US Métro



La compétition se déroulera à l'US Métro :

[10, Avenue Raymond Aron](#)

[92160 Antony](#)

Responsable USMT : Frédéric LAVAUD –

Hélène LEFEBVRE - Pentathlon.usmt@yahoo.fr

ARBITRAGE :

- Chaque club prévoira des arbitres volontaires – en cas d'effectif insuffisant pour l'arbitrage tir du combiné, chaque athlète sera amené à arbitrer une série différente de la sienne.

ORGANISATION :

- Le parking des voitures se fera à l'extérieur des installations.
 - Pas de chaussure à pointe
 - Une buvette à votre disposition avec sandwiches, boissons chaudes et froides

PRÉVOIR :

- Des épingles à nourrice pour les dossards
 - D'apporter vos cibles et vos armes

INSCRIPTION :

- sur Hello Asso avant le **12 janvier 2020** ou par mail à l'adresse suivante : pentathlon.usmt@yahoo.fr
 - 6€ par athlète licencié ou 26€ pour les non licenciés.

ANNEXE

Fédération Française de Pentathlon Moderne

Règlement Laser Run

COMPÉTITIONS QUALIFICATIVES ET FINALE	
CATEGORIE	COMPÉTITION INDIVIDUELLE LASER-RUN
Master 60+	3x (5 cibles à atteindre + 400m course) 50" pour chaque série de tir 1200m / Poste de tir à 5m
Master 50+	3x (5 cibles à atteindre + 400m course) 50" pour chaque série de tir 1200m / Poste de tir à 5m
Master 40+	4x (5 cibles à atteindre + 400m course) 50" pour chaque série de tir 1600m / Poste de tir à 10m
Senior U 22 U 19	4 x (5 cibles à atteindre + 800m course) 50" pour chaque série de tir 3200m / Poste de tir à 10m
U 17	3 x (5 cibles à atteindre + 800m course) 50" pour chaque série de tir 2400m / Poste de tir à 10m
U 15	4 x (5 cibles à atteindre + 400m course) 50" pour chaque série de tir 1600m / Poste de tir à 10m
U13	3 x (5 cibles à atteindre + 400m course) 50" pour chaque série de tir 1200m / Poste de tir à 5m
U11	2 x (5 cibles à atteindre + 400m course) 50" pour chaque série de tir 800m / Poste de tir à 5m (Tir à deux mains autorisé)

