



# LIVRET ESTIVAL

## COMPÉTITIONS RÉGIONALES 2026

# Table des matières

LIGUE ATHLÉTISME OCCITANIE

---

## LA LIGUE

01

RÉGLEMENT

02

LE CALENDRIER

03

04

CHAMPIONNATS  
DE FRANCE DES  
CLUBS 2026

FINALE  
ÉQUIP'ATHLÉ

05

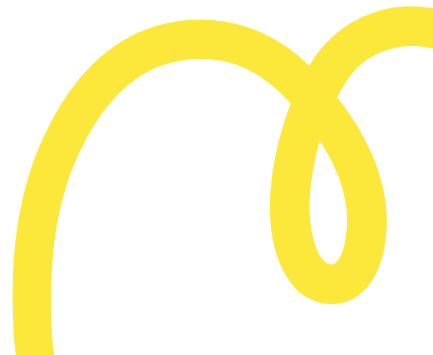
06

CHAMPIONNATS  
D'OCCITANIE

07

CIRCUIT DES  
MEETINGS

Table des matières interactive :  
cliquez sur le numéro ou le titre du  
chapitre pour y accéder  
rapidement.





# 01.LA LIGUE

<u>Coordonnées et accès</u>	p.04
<u>Comité Directeur</u>	p.05
<u>Bureau Exécutif</u>	p.06
<u>Les Commissions</u>	p.07
<u>Comités Départementaux</u>	p.08



**Table des matières interactive :**  
cliquez sur le titre du sous-chapitre  
pour y accéder rapidement.

# A. Coordonnées & Accès



**Eric ALBERT**

Directeur Général

[eric.albert@athle-occitanie.fr](mailto:eric.albert@athle-occitanie.fr)



**Elise SIMON-LABRIC**

Agent de Développement

[elise.simon-labric@athle-occitanie.fr](mailto:elise.simon-labric@athle-occitanie.fr)



**Claire BRUIN-GAUTIER**

Agent Administratif

[claire.bruin-gautier@athle-occitanie.fr](mailto:claire.bruin-gautier@athle-occitanie.fr)



**Jean MONNIER**

Conseiller Technique Fédéral

[jean.monnier@athle-occitanie.fr](mailto:jean.monnier@athle-occitanie.fr)



**Alexandra VILLEMEUR**

Agent Technique

[alexandra.villemeur@athle-occitanie.fr](mailto:alexandra.villemeur@athle-occitanie.fr)



**Muriel SOUDRI**

Agent Administratif

[muriel.soudri@athle-occitanie.fr](mailto:muriel.soudri@athle-occitanie.fr)



**Jocelyn PIAT**

Conseiller Technique Fédéral

[jocelyn.piat@athle-occitanie.fr](mailto:jocelyn.piat@athle-occitanie.fr)



**Yann BESSON**

Conseiller Technique Fédéral

[yann.besson@athle-occitanie.fr](mailto:yann.besson@athle-occitanie.fr)



**Tidiane CORREA**

Cadre Technique

[tidiane.correa@gmail.com](mailto:tidiane.correa@gmail.com)



Toulouse



Montpellier

## Les informations d'ouverture



### Horaire d'ouverture

Lundi, Mardi, Jeudi et vendredi : 9h00 à 13h00 et 14h00 à 17h45

Mercredi : 08h00 à 13h00 et 14h00 à 16h30.



### Adresse

Ligue d'Athlétisme d'Occitanie  
Comité Régional Olympique et Sportif  
7 rue André Citroën, 31130 Balma



### Coordonnées

Téléphone : 05.34.25.80.30

E-Mail : [secretariat@athle-occitanie.fr](mailto:secretariat@athle-occitanie.fr)

# B. Comité Directeur

## PRÉSIDENT

**Marc CONGRAS**

[marccongras55@gmail.com](mailto:marccongras55@gmail.com)

## SECRÉTAIRE

**Chrystel CARRE**

[chryzca82@gmail.com](mailto:chryzca82@gmail.com)

## TRÉSORIÈRE

**Séverine PUREN**

[severine.puren81@gmail.com](mailto:severine.puren81@gmail.com)

## LES MEMBRES

**Patricia ALT**

[crchsocc@orange.fr](mailto:crchsocc@orange.fr)

**Yves BELLANGER**

[yves.bellanger.yb@gmail.com](mailto:yves.bellanger.yb@gmail.com)

**Michel BOURDONCLE**

[mbourdoncle@cabalma-athle.fr](mailto:mbourdoncle@cabalma-athle.fr)

**Alain CABANIOLS**

[alain.cabaniols@orange.fr](mailto:alain.cabaniols@orange.fr)

**Martine CABANIOLS**

[martinecabaniols@orange.fr](mailto:martinecabaniols@orange.fr)

**Janine COURTADE**

[janinecourtade@wanadoo.fr](mailto:janinecourtade@wanadoo.fr)

**Jose DE OLIVEIRA**

[jose.cac@orange.fr](mailto:jose.cac@orange.fr)

**Christine DESCOUX**

[christine.descoux@gmail.com](mailto:christine.descoux@gmail.com)

**Thierry GILBERT**

[tgilbert63@gmail.com](mailto:tgilbert63@gmail.com)

**Christophe LAGIER**

[christ.lagier@gmail.com](mailto:christ.lagier@gmail.com)

**Elisabeth LAGIER**

[lagier.babeth@gmail.com](mailto:lagier.babeth@gmail.com)

**Christine LAGONELLE**

[christinelagonelle@orange.fr](mailto:christinelagonelle@orange.fr)

**Christel LANASPEZE**

[lanaspeze.christel@orange.fr](mailto:lanaspeze.christel@orange.fr)

**Denise LATERRASSE**

[latdenise1@gmail.com](mailto:latdenise1@gmail.com)

**Gérard LATERRASSE**

[laterrasse.gerard@orange.fr](mailto:laterrasse.gerard@orange.fr)

**Danielle LAURIN-LACOSTE**

[daniellelaurin@hotmail.com](mailto:daniellelaurin@hotmail.com)

**Hervé MOLAS**

[molasherve@yahoo.fr](mailto:molasherve@yahoo.fr)

**Frederic MOUTIER**

[moutierf@free.fr](mailto:moutierf@free.fr)

**André OLIVE**

[andre.olive@wanadoo.fr](mailto:andre.olive@wanadoo.fr)

**Pierre OLIVE**

[lalrewanadoo.fr](mailto:lalrewanadoo.fr)

**Franck ROBERT**

[guesturban300@gmail.com](mailto:guesturban300@gmail.com)

**Bénédicte ROZE**

[benedicteroze7@gmail.com](mailto:benedicteroze7@gmail.com)

**Patrick SARRAT**

[patrickssarrat@orange.fr](mailto:patrickssarrat@orange.fr)

**Dominique TALLET**

[domie.tallet@gmail.com](mailto:domie.tallet@gmail.com)

**Cathy TRAUCHESSEC**

[cathytrauchessec@gmail.com](mailto:cathytrauchessec@gmail.com)

**Sandrine VALETTE**

[valette.sandrine81@gmail.com](mailto:valette.sandrine81@gmail.com)

## LES SUPPLÉANTS

**Marc DELAY**

[delay.marc@wanadoo.fr](mailto:delay.marc@wanadoo.fr)

**Didier DONNETTE**

[didier.donnette59@gmail.com](mailto:didier.donnette59@gmail.com)

**Alain MARGHERITORA**

[margheritora@gmail.com](mailto:margheritora@gmail.com)

# C. Bureau Exécutif



**Marc CONGRAS**  
Président  
[marccongras55@gmail.com](mailto:marccongras55@gmail.com)



**Yves BELANGER**  
Vice-Président  
[yves.bellanger.yb@gmail.com](mailto:yves.bellanger.yb@gmail.com)



**Alain CABANIOLS**  
Vice-Président  
[alain.cabaniols@orange.fr](mailto:alain.cabaniols@orange.fr)



**Janine COURTADE**  
Vice-Président  
[janinecourtade@wanadoo.fr](mailto:janinecourtade@wanadoo.fr)



**Chrystel CARRE**  
Secrétaire Générale  
[chrysca82@gmail.com](mailto:chrysca82@gmail.com)



**Christel LANASPEZE**  
Secrétaire Générale Adjointe  
[lanaspeze.christel@orange.fr](mailto:lanaspeze.christel@orange.fr)



**Séverine PUREN**  
Trésorière Générale  
[severine.puren81@gmail.com](mailto:severine.puren81@gmail.com)



**Christine DESCOUX**  
Trésorière Générale Adjointe  
[christine.descoux@gmail.com](mailto:christine.descoux@gmail.com)



**Patricia ALT**  
Membre  
[crchsocc@orange.fr](mailto:crchsocc@orange.fr)



**Thierry GILBERT**  
Membre  
[tgilbert63@gmail.com](mailto:tgilbert63@gmail.com)



**Hervé MOLAS**  
Membre  
[molasherve@yahoo.fr](mailto:molasherve@yahoo.fr)



**Andre OLIVE**  
Membre  
[andre.olive@wanadoo.fr](mailto:andre.olive@wanadoo.fr)

# D. Les Commissions

## COMMISSION SPORTIVE ET D'ORGANISATION (CSO)

**Pierre OLIVE**  
[laIr@wanadoo.fr](mailto:laIr@wanadoo.fr)

## COMMISSION REGIONALE DES JEUNES (CRJ)

**Frédéric MOUTIER**  
[moutierf@free.fr](mailto:moutierf@free.fr)

## COMMISSION REGIONALE DE L'ATHLETISME MASTERS (CRAM)

**Hervé MOLAS**  
[molasherve@yahoo.fr](mailto:molasherve@yahoo.fr)

## COMMISSION REGIONALE DU RUNNING (CRR)

**Patricia ALT**  
[crchsocc@orange.fr](mailto:crchsocc@orange.fr)

## COMMISSION RÉGIONALE DE MARCHÉ ATHLÉTIQUE ET MARCHÉ NORDIQUE

**Franck ROBERT**  
[guesturban300@gmail.com](mailto:guesturban300@gmail.com)

## COMMISSION RÉGIONALE DE L'ATHLÉTISME FORME ET SANTÉ

**Janine COURTADE**  
[janinecourtade@wanadoo.fr](mailto:janinecourtade@wanadoo.fr)

## COMMISSION DES STATUTS ET REGLLEMENTS (CSR Régionale)

**Jean-Alain AUTUORI**  
[ja.logica@orange.fr](mailto:ja.logica@orange.fr)

## COMMISSION DES OFFICIELS TECHNIQUES REGIONALE (COT)

**Sandrine VALETTE**  
[valette.sandrine81@gmail.com](mailto:valette.sandrine81@gmail.com)

## COMMISSION REGIONNALE DES FORMATIONS (OFA REGIONALE)

**Cathy TRAUCHESSEC**  
[cathytrauchessec@gmail.com](mailto:cathytrauchessec@gmail.com)

## COMMISSION MEDICALE REGIONALE (CMR)

**Nicolas DE NEVE**  
[nico.deneve@hotmail.fr](mailto:nico.deneve@hotmail.fr)

## COMMISSION ANTI-DOPAGE

**Gérard LATERRASSE**  
[laterrasse.gerard@orange.fr](mailto:laterrasse.gerard@orange.fr)

## COMMISSION DES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS

**Robert HURTES**  
[robert.hurtes@orange.fr](mailto:robert.hurtes@orange.fr)

## COMMISSION SCOLAIRE ET UNIVERSITAIRE

**Didier DONNETTE**  
[didier.donnette@free.fr](mailto:didier.donnette@free.fr)

## COMITÉ D'ÉTHIQUE ET DE DÉONTOLOGIE (VSS)

**Laure WATEAU**  
[laure.wateau@gmail.com](mailto:laure.wateau@gmail.com)

## COMITÉ CHARGÉ DE L'ORGANISATION DES PROTOCOLES ET DES MANIFESTATIONS EXCEPTIONNELLES

**Martine CABANIOLS**  
[martinecabaniols@orange.fr](mailto:martinecabaniols@orange.fr)

# E. Les Comités Départementaux

## CDA ARIÈGE

**Benjamin BELLAMY**  
cdathletisme09@gmail.com

**Amelie BERDOT**  
amelie\_berdot@orange.fr

## CDA AUDE

**Gérard LATERRASSE**  
laterrasse.gerard@orange.fr

**Celia DE CARVALHO**  
celia\_decarvalho@hotmail.fr

## CDA AVEYRON

**Nicolas VACQUIER**  
nicolas.vacquier82@gmail.com

**Michel DUBAR**  
michel.dubar@orange.fr

## CDA GARD

**Serge LEGROS**  
sergeguy.legros@wanadoo.fr

**Patricia RAVENAUX-YRLES**  
iker84@orange.fr

## CDA HAUTE-GARONNE

**Chantal DUPRAT**  
duprat.chantal1013@yahoo.com

**Magalie DUPRAT**  
duprat.magalie@gmail.com

## CDA GERS

**Bernard MEDIAMOLE**  
mediamole.bernard@orange.fr

**Gilles MARTIN**  
mediamole.bernard@orange.fr

## CDA HÉRAULT

**Julien SPECQ**  
julien.acs34@gmail.com

**Dorothee PASCOET**  
olysim34@free.fr

## CDA LOT

**Guillaume EBER**  
guillaume.eber@yahoo.fr

**Chantal WEISZER**  
chantal.weiszer3105@orange.fr

## CDA LOZERE

**Antoine VENS**  
vens.antoine@gmail.com

**Fabienne CURIACE**  
fabi.curiace@live.fr

## CDA HAUTES PYRÉNÉES

**Raymond BAUDOUR**  
raymond.baudour@sfr.fr

**Alexandre PUYAU**  
alex.puyau@tarbes-athle.fr

## CDA PYRÉNÉES-ORIENTALES

**Hervé MOLAS**  
molasherve@yahoo.fr

**Catherine SEGUIN**  
seguincatherine55@gmail.com

## CDA TARN

**Eric ALBERT**  
albert.eric@gmail.com

**Céline CHANARDIE**  
celine.chanardie@gmail.com

## CDA TARN-ET-GARONNE

**Denis ARCUSET**  
arcuset.denis@orange.fr

**Laurence COTTET**  
laurence.cottet@wanadoo.fr

# 02. LE RÉGLEMENT

Catégories d'âges p.10

Hauteurs & intervalles p.11

Masse des engins p.12

Délais autorisés p.13

Engagement des athlètes p.14

Pénalités jury p.15

Demande de QE p.17

**Table des matières interactive :**  
cliquez sur le titre du sous-chapitre  
pour y accéder rapidement.

# A. Catégories d'âges

SAISON 2026 - VALABLE JUSQU'AU 31/08/2026

CATEGORIES	ANNÉE DE NAISSANCE
<b>MASTERS</b>	1991 et avant
<b>SENIORS</b>	1992 à 2003
<b>ESPOIRS U23</b>	2004 à 2006
<b>JUNIORS U20</b>	2007 - 2008
<b>CADETS U18</b>	2009 - 2010
<b>MININES U16</b>	2011- 2012
<b>BENJAMINS U14</b>	2013 - 2014
<b>POUSSINS U12</b>	2015 - 2016
<b>EVEIL ATHLETIQUES U10</b>	2017 à 2019
<b>BABY ATHLE U7</b>	2020 et après

# B. Hauteurs & Intervalles

## DES COURSES DE HAIES

CATEGORIES	DISTANCE	COULEUR DE LA PISTE	NOMBRE DE HAIES	HAUTEUR	DÉPART À LA 1ÈRE HAIE	DISTANCE ENTRE LES HAIES	DERNIERE HAIE À L'ARRIÉE
<b>MASCULINS</b>							
<b>BENJAMINS</b>	50m	Rouge	5	0,65 (minimum)	11,50	7,50	8,50
<b>MINIMES</b>	100m	Jaune	10	0,84	13	8,50	10,50
	200m	Bleu	10	0,76	21,46	18,28	14,02
<b>CADETS</b>	110m	Bleu	10	0,91	13,72	9,14	14,02
	400m	Vert	10	0,84	45	35	40
<b>JUNIORS</b>	110m	Bleu	10	0,99	13,72	9,14	14,02
	400m	Vert	10	0,91	45	35	40
<b>ESPOIRS SENIORS MASTER 1</b>	110m <sup>(1)</sup>	Bleu	10	1,06	13,72	9,14	14,02
	400m	Vert	10	0,91	45	35	40
<b>FÉMININES</b>							
<b>BENJAMINS</b>	50m	Rouge	5	0,65 (minimum)	11,50	7,50	8,50
<b>MINIMES</b>	80m	Blanc	8	0,76	12	8	12
	200m	Bleu	10	0,76	21,46	18,28	14,02
<b>CADETTES</b>	100m	Jaune	10	0,76	13	8,50	10,50
	400m	Vert	10	0,76	45	35	40
<b>JUNIORS ESPOIRS SENIORS MASTER 1</b>	100m	Jaune	10	0,84	13	8,50	10,50
	400m	Vert	10	0,76	45	35	40

(1) Dans les compétitions masters 1, l'épreuve de 110m haies se dispute avec des haies de 0,99.

# C. Masses des Engins

CATEGORIES	POIDS	DISQUE	JAVELOT	MARTEAU
<b>MASCULINS</b>				
<b>BENJAMINS</b>	3 Kg	1 Kg	500 g	3 Kg <sup>(1)</sup>
<b>MINIMES</b>	4 Kg	1,250 Kg	600 g	4 Kg
<b>CADETS</b>	5 Kg	1,500 Kg	700 g	5 Kg
<b>JUNIORS</b>	6 Kg	1,750 Kg	800 g	6 Kg
<b>SENIORS ESPOIRS MASTERS 1</b>	7,260 Kg	2 Kg	800 g	7,260 Kg
<b>FÉMININES</b>				
<b>BENJAMINS</b>	2 Kg	600 g	400 g	2 Kg <sup>(1)</sup>
<b>MINIMES</b>	3 Kg	800 g	500 g	3 Kg <sup>(1)</sup>
<b>CADETS</b>	3 Kg	1 Kg	500 g	3 Kg
<b>JUNIORS</b>	4 Kg	1 Kg	600 g	4 Kg
<b>SENIORS ESPOIRS MASTERS 1</b>	4 Kg	1 Kg	600 g	4 Kg

(1) La longueur totale de l'engin peut être réduite à 1m.

# D. Délais Autorisés

POUR EFFECTUER UN ESSAI

## ÉPREUVES INDIVIDUELLES

Nombres d'athlètes encore en compétition	Hauteur	Perche	Autres
+ de 3 athlètes et 1er essai tenté	1 min	1 min	1 min
2 ou 3 athlètes	1 min 30s	2 min	1 min
1 athlète	3 min	5 min	/
Essais consécutifs	2 min	3 min	2 min

## ÉPREUVES COMBINÉES

Nombres d'athlètes encore en compétition	Hauteur	Perche	Autres
+ de 3 athlètes et 1er essai tenté	1 min	1 min	1 min
2 ou 3 athlètes	1 min 30s	2 min	1 min
1 athlète	2 min	3 min	/
Essais consécutifs	2 min	3 min	2 min

# E. Engagement des athlètes

## 1. PROCEDURE D'ENGAGEMENT

Système de gestion des engagements ou de confirmation d'athlètes FFA

### [Site d'engagement](#)

Ce service est réservé aux responsables de clubs disposant des droits adéquats. Depuis le 13 février 2026, pour vous connecter à votre compte, vous devez utiliser votre **numéro de licence** ainsi que le **mot de passe que vous utilisez pour accéder à SIFFA**.

Ce service vous donne ensuite accès à la confirmation et/ou à l'ajout des engagements des athlètes (pour les compétitions l'autorisant).

### [Procédure de création de votre compte et de la saisie des identifiants SI-FFA.](#)

## 2. ENGAGEMENTS TARDIFS SUR PLACE

Toutes les compétitions individuelles régionales (piste, salle ou cross) qui font l'objet d'une obligation de demande de participation préalable possèdent une date limite d'engagement. Au-delà de cette date limite et jusqu'au jour de la compétition (si cette option est autorisée) tout souhait d'engagement est considéré comme un « engagement tardif ». Les inscriptions tardives seront payantes pour chaque épreuve :

- **5€** jusqu'au jeudi 12h00 ;
- **30€** après le jeudi 12h00.

Lors des championnats régionaux, **aucun engagement ne peut être accepté sur place**.

Les athlètes inscrits en « Pôles » ou en « Centre Régional d'Entraînement » sont soumis à la procédure précédente.

Le montant des pénalités est prélevé sur le compte SI-FFA du club 15 jours après l'établissement d'une facture.

## 3. PARTICIPATION DES ATHLÈTES HORS LIGUE

Les athlètes « Hors Ligue d'Occitanie », sauf ceux des Pôles et des Centres Régionaux d'Entraînement, devront demander une Qualification Exceptionnelle (QE) sur le site LAO pour participer aux compétitions. Après examen par la commission de sélection, les demandes seront traitées informatiquement. Cf page 18 « Demande de Qualification Exceptionnelle ».

Les Athlètes des Pôles et des CRE situés sur le territoire de l'Occitanie doivent être engagés par leur responsable de structure, dans les délais impartis, via le secrétariat de la ligue.

## 4. ATHLÈTES "FORFAITS" APRÈS ENGAGEMENT

Une pénalité de **10€** (30€ si engagement tardif) par engagement (au sens de l'épreuve) non honoré, est imputée aux clubs. Cette pénalité ne sera pas due, s'il y a **présentation d'un certificat médical sous 8 jours à partir de la date de la compétition**. Le montant des pénalités sera prélevé sur le compte SI-FFA du club 15 jours après l'établissement d'une facture.

Les athlètes qui cochent leur présence sur la feuille de confirmation mais ne participent pas sont assujettis à la pénalité de forfait s'ils ne présentent pas de certificat médical.

# F. Pénalités jury

## APPLICABLES AUX COMPÉTITIONS RÉGIONALES

### 1. QUOTAS DES MEMBRES DE JURY

#### Épreuves de Marche

Chaque club (même hors ligue) présentant des athlètes en Épreuves de Marche doit fournir des officiels à chaque journée suivant le tableau ci-dessous :

Athlètes participants du club	Juge de marche ou compteur de tours à fournir par le club
1	0
2 à 5	1
6 ou davantage	2

#### Épreuves Combinées

Chaque club (même hors ligue) présentant des athlètes en Épreuves Combinées doit fournir des officiels suivant le tableau ci-dessous :

Athlètes participants du club	Juge à fournir par le club
1	0
2 à 3	1
4 ou 5	2
6 à 9	3
10 à 19	4
20 ou plus	5

## Épreuves Individuelles

Chaque club (même hors ligue) présentant des athlètes dans le cas des Épreuves Individuelles doit fournir des officiels suivant le tableau ci-dessous :

Athlètes participants du club	Juge à fournir par le club
1 à 3	0
4 ou 5	1
6 à 9	2
10 à 19	3
20 à 29	4
30 à 39	5
40 et plus	1 juge supplémentaire / tranche de 10 athlètes

**La date limite d'engagement** : le **mercredi à 23h59**, qui précède la compétition.

Suite à l'engagement des jurys et au choix de la fonction, cette dernière pourra être modifiée par le directeur de réunion en fonction des besoins de la compétition.

**Pour les clubs « Hors Ligue »** : ils ont les mêmes obligations de présence de jury que les clubs de l'Occitanie.

**Pour le club organisateur de la compétition** : les personnes de la structure organisatrice qui assurent des fonctions annexes pour le bon déroulement de la compétition (intendance, matériel, personnes hors restauration et buvette) dans la limite de 10 compteront dans l'effectif de leurs clubs respectifs.

## 2. MONTANT DES PÉNALITÉS ET CHAMP D'APPLICATION

Pénalité de **30€** par officiel manquant, prélevé au compte de club par la LAO.

Le calcul des pénalités sera effectué par le délégué de la CSO LAO en utilisant la composition officielle du jury publié sur le site FFA.

# G. Demande de Qualification Exceptionnelle (QE)

Les demandes de **Qualification Exceptionnelle (QE)** sont payantes et réservées aux athlètes de bon niveau :

- Participation aux Championnats de France de l'année précédente
- Aux athlètes CAF / CAM qui étaient les meilleurs Minimes de l'année précédente

Elles sont examinées sans appel par la commission de sélection de la LAO et ne peuvent faire l'objet d'aucune contestation.

- **Demande de QE pour les compétitions Piste ou Salle** : 20€ par athlète. Cette somme sera restituée pour les athlètes qui seront finalistes dans l'épreuve pour laquelle la QE a été acceptée.
- Les QE refusées **ne sont pas remboursées**.

## RAPPEL :

- Les athlètes **HORS LIGUE** doivent régler leur participation financière en ligne lors de leur demande.
- Les athlètes **HORS LIGUE** membre d'un CRE situé sur le territoire de l'Occitanie seront remboursés
- Aucun engagement ne peut être accepté sur place.




# 03. LE CALENDRIER

Dates et procédures p.19

Calendrier Estival – Sur piste p.20

Calendrier Estival – Hors piste p.21



**Table des matières interactive :**  
cliquez sur le titre du sous-chapitre  
pour y accéder rapidement.

# A. Dates et Procédures

## POUR UNE QUALIFICATION

### CHAMPIONNATS DE FRANCE

Championnat	Dates	Lieux	Date limite de réalisation des performances	Date limite de la liste des qualifiables	Date limite des engagements à 12h
Masters	13 et 14 juin 2026	Epinal (G-E)			
Epreuves Combinées	4 et 5 juillet 2026	Aix-en-Provence (PACA)			
U18 U20 U23	16 au 19 juillet 2026	Paris (I-F)			
OPEN DE FRANCE	11 et 12 juillet 2026	Blois (CEN)			
ÉLITE	24 au 26 juillet 2026	Albi (OCC)			

### CHAMPIONNATS D'OCCITANIE

Championnat	Date	Lieu	Date limite de réalisation des performances	Publication de la liste des qualifiables	Date limite des engagements à 23h59
Pointes d'Or	07 juin 2026	TOULOUSE LUNEL	24/05/2026	26/05/2026	29/05/2026
Épreuves Combinées	13 et 14 juin 2026	BLAGNAC	31/05/2026	01/06/2026	05/06/2026
Benjamins-Minimes	21 juin 2026	ALBI	07/06/2026	08/06/2026	12/06/2026
CA-JU-ES-SE & Épreuves Combinées BE	27 et 28 juin 2026	TOULOUSE	14/06/2026	15/06/2026	19/06/2026

Les demandes de qualification exceptionnelle (QE) :

- Date limite de dépôt : le lundi précédant la compétition à 12h00
- Publication des QE retenues : le mardi précédant la compétition à 12h00

## B. Calendrier Estival - Sur Piste

DATE	STADE	LIEU	N° COMPÉTITION
18 AVRIL 2026	Meeting de Marche "Alexis Jordana"	BLAGNAC (31)	318967
25 AVRIL 2026	Meeting de Moissac Athlé	MOISSAC (82)	318970
3 MAI 2026	1er Tour des Interclubs	TOULOUSE (31)	318941
3 MAI 2026	1er Tour des Interclubs	TOURNEFEUILLE (31)	318947
3 MAI 2026	1er Tour des Interclubs	LUNEL (34)	318944
3 MAI 2026	1er Tour des Interclubs	PERPIGNAN (66)	318946
3 MAI 2026	1er Tour des Interclubs	CARMAUX (81)	318943
3 MAI 2026	1er Tour des Interclubs	MOISSAC (82)	318945
9 MAI 2026	Meeting d'Athlétisme de Nîmes	NÎMES (30)	318973
16 MAI 2026	Finales Interclubs OCC N3 + REG	NÎMES (30)	318953
17 MAI 2026	Finales Interclubs OCC N3 + REG	TARBES (65)	318954
17 MAI 2026	Finales Interclubs OCC N2A	PERPIGNAN (66)	318948
17 MAI 2026	Finales Interclubs OCC N2B	MONTAUBAN (82)	318949
24 MAI 2026	Equip'Athlé finale B	RODEZ (12)	320104
30 MAI 2026	Meeting de la ville de Millau	MILLAU (12)	318975
31 MAI 2026	Meeting Balm'Impulse	BALMA (31)	318983
31 MAI 2026	Championnats d'OCC Masters	MURET (31)	321103
3 JUIN 2026	Meeting de l'ACNM	NARBONNE (11)	318993
5 JUIN 2026	Meeting du CDA 65	TARBES (65)	318994
6 JUIN 2026	Meeting de Pamiers	PAMIERS (09)	318996
6 JUIN 2026	Meeting Gilles GARCIA	MONTPELLIER (34)	318998
7 JUIN 2026	Championnats d'OCC Pointes d'Or	TOULOUSE (31)	320252
7 JUIN 2026	Championnats d'OCC Pointes d'Or	LUNEL (34)	320253

DATE	STADE	LIEU	N° COMPÉTITION
10 JUIN 2026	Meeting Daniel PREVOST UAO31	TOULOUSE (31)	318999
13 JUIN 2026	Championnats OCC EC Mi+	BLAGNAC (31)	318956
17 JUIN 2026	Meeting de l'Union	L'UNION (31)	319000
19 JUIN 2026	Meeting de Muret	MURET (31)	319002
19 JUIN 2026	Meeting de Moissac Athlé	MOISSAC (82)	319001
20 JUIN 2026	Meeting de la ville d'Alès	ALÈS (30)	319004
20 JUIN 2026	Meeting Daniel PREVOST Blagnac	BLAGNAC (31)	319003
21 JUIN 2026	Championnats d'OCC Ind Be Mi	ALBI (81)	320105
21 JUIN 2026	Championnats d'OCC Ind Ca+ + EC Be	TOULOUSE	318957
3 JUILLET 2026	Meeting de l'AC Auch	AUCH (32)	319005
4 JUILLET 2026	Meeting de Rodez	RODEZ (12)	319007
4 JUILLET 2026	Meeting de Montauban	MONTAUBAN (82)	319006
10 JUILLET 2026	Meeting de Tournefeuille	TOURNEFEUILLE (31)	319008

## C. Calendrier Estival - Hors Stade

DATE	HORS STADE	LIEU	N° COMPÉTITION
12 AVRIL 2026	10Km de la Rivière Espérance	VAYRAC (46)	305726
18 AVRIL 2026	Marathon Cote Indigo	FLEURY (11)	310921
19 AVRIL 2026	10Km de Castelsarrasin "Course de Pâques"	CASTELSARRASIN (82)	310003
26 AVRIL 2026	Marathon d'Albi	ALBI (81)	309109
1er MAI 2026	Semi Marathon de Nîmes	NÎMES (30)	310749
1er MAI 2026	10Km de Balma	BALMA (31)	316661
10 MAI 2026	10Km de Perpignan Run'in Perpignan	PERPIGNAN (66)	307509
24 MAI 2026	Trail du LOU	L'HONOR DE COS (82)	307045
6 JUIN 2026	Course Cettoise	SETE (34)	309858

# 04. CHAMPIONNATS DE FRANCE DES CLUBS 2026

<u>Le Règlement</u>	p.23
<u>1er Tour des Interclubs par secteur</u>	p.30
<u>Toulouse</u>	p.31
<u>Carmaux</u>	p.32
<u>Lunel</u>	p.33
<u>Moissac</u>	p.34
<u>Perpignan</u>	p.35
<u>Tournefeuille</u>	p.36
<u>Finales des Interclubs par secteur</u>	p.37
<u>Nîmes</u>	p.38
<u>Tarbes</u>	p.39
<u>Perpignan</u>	p.40
<u>Montauban</u>	p.41

**Table des matières interactive :**  
cliquez sur le titre du sous-chapitre  
pour y accéder rapidement.

# A. Le Règlement

## A1. Premier tour par secteur

Les clubs présents sur le même stade et inscrits dans des divisions différentes, participent ensemble dans les mêmes courses et concours.

## Pour toutes les rencontres

Un officiel licencié dans un club comptera pour l'effectif de son club même s'il officie sur un autre stade ce jour-là à la demande d'une structure FFA, mais pour bénéficier de cette disposition, le club doit en faire la demande au siège de la LAO avant la compétition.

**Cette disposition n'est pas applicable à un athlète, même pour une sélection nationale sauf instruction officielle de la FFA.**

### 1. DIVISION N2

#### Poule N2 A

Même règlement que le Championnat de France des clubs « LIVRET FFA » sauf :

#### Clubs Qualifiés

ATHLÉ 66

STADE RODEZ

ECLA ALBI

MURET AC

TARBES PA

BLAGNAC SC

ATHLÉ 11

TARN SUD A

La finale N2A se déroule au 2<sup>o</sup> tour sur un stade séparé des autres finales.

Les équipes d'un club participant en N1 ne sont pas acceptées dans cette poule N2A.

73.5 et 6 Aménagement possible des premières barres au saut en hauteur et au saut à la perche sous réserve que chaque club en fasse la demande en déposant son équipe.

73.7 Aménagement des planches de triple saut sous réserve que chaque club en fasse la demande en déposant son équipe.

79 Les pénalités financières sont ramenées à **30 €** par jury manquant. Cela signifie que pour établir les pénalités financières, la qualité des diplômes n'est pas considérée, seules sont prises en compte les personnes physiques : c'est le nombre de personnes diplômées présentées par le club qui sert pour établir cette pénalité alors que la règle nationale est différente.

#### Forfait : Rétrogradation en Régionale

Les clubs qui auront réalisé un total de points leur permettant d'accéder à la division N1 et qui ne le feraient pas, sont acceptés en N2A l'année suivante mais ne pourront pas prétendre au titre régional N2A.

Un athlète handisport appareillé n'est pas autorisé à participer.

## Poule N2 B

**Même règlement que le championnat de France des clubs « LIVRET FFA » sauf :**

**Innovation 2026 : Les athlètes CA et JU lancent les engins de leurs catégories et passent les haies de leurs catégories dans cette division N2B.**

Un club possédant une équipe en N1 ne peut accéder à la division N2A

### Clubs Qualifiés

GRAND TOULOUSE A 2	ALES C2A	ATHLÉ 09	MONTAUBAN ATHLÉ
AC AUCH	ATHLÉ TARN NORD	ATHLÉ UNION 82	SATUC 2

La finale N2B se déroule au 2<sup>o</sup> tour sur un stade séparé des autres finales.

**73.5 et 6** Aménagement possible des premières barres au saut en hauteur et au saut à la perche sous réserve que chaque club en fasse la demande en déposant son équipe.

**73.7** Aménagement des planches de triple saut sous réserve que chaque club en fasse la demande en déposant son équipe.

**79** Les pénalités financières sont ramenées à **30 €** par jury manquant. Cela signifie que pour établir les pénalités financières, la qualité des diplômés n'est pas considérée, seules sont prises en compte les personnes physiques : c'est le nombre de personnes diplômées présentées par le club qui sert pour établir cette pénalité alors que la règle nationale est différente.

Pénalités sportives (700 points ôtés au total de l'équipe).

Aucun chef-juge (ou fédéral) n'est exigé mais chaque équipe doit fournir 6 officiels « stade » dont au minimum 2 juges diplômés de niveau 2 (ou au moins régional) et 4 juge-assistants (ou officiels départementaux) de niveau 1.

Les qualifications sont celles qui apparaissent au SI-FFA le jour de la compétition. Un juge de marche ne compte dans l'effectif du club que s'il reste à disposition du directeur du jury, après les épreuves de marche et durant toute la compétition.

Aucune limitation du nombre des étrangers n'est applicable dans cette poule N2B.  
Aucune limitation du nombre de mutés n'est applicable dans cette poule N2B.

Aucune réclamation à posteriori concernant cette compétition ne pourra être prise en considération.

### **Forfait de l'équipe : Rétrogradation en Régionale**

## 2. DIVISION N3

Division N3 disputée par secteur au 1er et 2ème tour

Titre régional et accession à la division supérieure au total des points des 2 tours.

Clubs Qualifiés

ASSP VERGEZE

E. NIMES A

ADOUR PYRENEES A65

BEZIERS CAM

ACC RAMONVILLE

LUNEL A

STADO TARBES

A TARN P

Un club qui déclarerait forfait pour la N2 ne peut pas se présenter en division N3.

### Règlement identique au règlement national interclubs sauf :

72 Participation d'un athlète par épreuve sur le programme du Championnat de France des clubs et les CA et JU passent les haies et lancent les engins de leur catégorie respective.

79 Les pénalités financières sont ramenées à **30 €** par jury manquant. Cela signifie que pour établir les pénalités financières, la qualité des diplômes n'est pas considérée, seules sont prises en compte les personnes physiques : c'est le nombre de personnes diplômées par le club qui sert pour établir cette pénalité.

Pénalités sportives (400 points ôtés au total de l'équipe) : 4 licenciés M1 ou plus âgés doivent participer au jury de la compétition dont au moins 2 sont titulaires d'un diplôme d'officiel de la FFA.

Les qualifications sont celles qui apparaissent au SI-FFA le jour de la compétition. Un juge de marche ne compte dans l'effectif du club que s'il reste à disposition du directeur du jury, après les épreuves de marche, et durant toute la compétition.

Aucune limitation du nombre des étrangers n'est applicable dans cette division.

Aucune limitation du nombre des mutés n'est applicable dans cette division.

Aucune réclamation à posteriori concernant cette compétition ne pourra être prise en considération.

Titre régional et accession à la division supérieure au total des points des 2 tours.

## 3. DIVISION RÉGIONALE

Division régionale disputée par secteur au 1<sup>er</sup> tour et au 2<sup>ème</sup> tour.

Titre régional et accession à la division supérieure au total des points des 2 tours.

Participation possible pour tous les clubs de la Ligue sous réserve d'engagement auprès de la Ligue avant le **1er avril 2026**.

## •Règlement particulier à la division « régionale » :

Chaque club peut engager un athlète par épreuve soumis à la réglementation de la catégorie « senior » mais les CA et JU passent les haies et lancent les engins de leur catégorie respective.

Registre des épreuves et participations : un club participant en poule régionale pourra présenter un athlète par épreuve (et une équipe de relais) sur le programme suivant :

- **Masculins** : 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 3000m, 110m haies, 400m haies, 3000m steeple, Marche 5000m, hauteur, perche, longueur, triple saut, poids, disque, marteau, javelot et 4 x 100m.
- **Féminines** : 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 3000m, 100m haies, 400m haies, 2000m steeple, Marche 3000m, hauteur, perche, longueur, triple saut, poids, disque, marteau, javelot et 4 x 100m.

Le système informatique prendra en considération 26 résultats en tenant compte de la ventilation suivante :

- 2 épreuves dans le groupe sprint (100, 200, 400) pour les masculins ;
- 2 épreuves dans le groupe sprint (100, 200, 400) pour les féminines ;
- 1 épreuve dans le groupe haies (110 haies, 400 haies) pour les masculins ;
- 1 épreuve dans le groupe haies (100 haies, 400 haies) pour les féminines ;
- 3 épreuves dans le groupe ½ fond masculin (800, 1 500, 3000, 3000 steeple, 5000marche) ;
- 3 épreuves dans le groupe ½ fond féminin (800, 1500, 3000, 2000 Steeple, 3000 marche) ;
- 3 épreuves dans le groupe lancers pour les masculins ;
- 3 épreuves dans le groupe lancers pour les féminines ;
- 3 épreuves dans le groupe sauts pour les masculins ;
- 3 épreuves dans le groupe sauts pour les féminines ;
- Relais 4 x 100m (un relais masculin et un relais féminin).

Ce qui donnera un nombre de 26 cotations maximum (à la table figurant dans E-Logica) sur lequel sera établi le classement du Championnat de France des Clubs de Division Régionale.

- **Participation des athlètes** : seuls les athlètes des catégories Cadets, Juniors, Espoirs, Seniors et Masters peuvent participer à cette compétition.
- **Possibilité de doubler** : un athlète pourra participer à 1 course et 1 concours, ou à 2 lancers ou à 2 sauts ou à 1 saut et 1 lancer ; il pourra en plus prendre part au relais. Pour les possibilités de doubler, la marche est classée dans les courses.
- **Règlement technique des épreuves** : disposition commune au saut en longueur, au triple saut et aux 6 lancers. Quel que soit le nombre d'équipes présentes, tous les concurrents ont droit à 6 essais. Les CA et JU lancent l'engin de leur catégorie et passent les haies de leur catégorie.

- **Jury** :
  - Pénalités sportives et financières par membre de jury manquant : 250 points table + 30 €. Quatre membres de jury MI ou plus âgés par équipe engagée dont deux officiels diplômés. *Cela signifie que pour établir les pénalités financières, la qualité des diplômes n'est pas considérée, seules sont prises en compte les personnes physiques : c'est le nombre de personnes diplômées présentées par le club qui sert pour établir cette pénalité.*
  - Ces jurys doivent être licenciés pour leur club la veille de la compétition. Leur qualification est celle figurant au SI-FFA.
  - Les officiels peuvent prendre part en tant qu'athlètes à cette compétition, sous réserve d'être remplacés durant leur épreuve par un juge de même niveau ou supérieur.
  - Un juge de marche ne compte dans l'effectif du club que s'il reste à disposition du directeur du jury, après les épreuves de marche, et durant toute la compétition.
- **Qualification des athlètes** : licence en règle au plus tard la veille de la compétition. Ne pourront participer que les athlètes possédant une licence « compétition ». Aucune limitation du nombre des étrangers n'est applicable dans cette division. Aucune limitation du nombre des mutés n'est applicable dans cette division.
- **Classement** : aux points d'après la table (table en vigueur pour le Championnat de France des Clubs de Nationale). Le classement est uniquement mixte (addition de 26 cotations suivant la ventilation indiquée ci-dessus).
- **Épreuves aménagées** :
  - Triple saut Féminin
    - Planches possibles à 7, 9 ou 11m pour toute la durée du concours
    - Le concours débutera avec les athlètes ayant choisi de sauter à partir de la planche située à 7m, puis avec ceux ayant opté pour la planche implantée à 9m et se terminera par ceux qui sauteront à partir de 11m.
  - Triple saut Masculin
    - Planches possibles à 9, 11 ou 13m pour toute la durée du concours
    - Le concours débutera avec les athlètes ayant choisi de sauter à partir de la planche située à 9m, puis avec ceux ayant opté pour la planche implantée à 11m et se terminera par ceux qui sauteront à partir de 13m.
  - Pour les courses en couloirs et le 800m, les séries seront établies d'après les performances d'engagement issues du bilan de la saison précédente. Les courses de ½ fond à partir du 1500m regrouperont tous les concurrents.

## A2. Deuxième tour par division

### Division N2

- Une finale N2A
- Une finale N2B
- **Composition d'Equipes** :
  - Les clubs participant devront renseigner la composition de leur équipe sur le site de la LAO via le module « engagement » en précisant l'ordre 1 et 2 des athlètes avant la date fixée par la LAO : **12 Mai 2026 à 23h59**
  - Confirmation de la composition de l'équipe 45 minutes avant le début de la compétition.

## Deuxième tour par secteur

### Division N3

**Division Régionale** : même règlement que pour le premier tour

- **Règlement** :
  - Tout forfait doit être signalé à la ligue avant la date fixée par la LAO ;
  - Une seule équipe du même club dans la même division ;
  - Tout forfait non justifié, après la date limite de communication des équipes au siège de la LAO, sera pénalisé au club par une amende de 120€.
- **Composition d'Equipes** :
  - Les clubs participant devront renseigner la composition de leur équipe sur le site de la LAO via le module « engagement » avant la date fixée par la LAO : **12 Mai 2026 à 23h59**
  - Confirmation de la composition de l'équipe 45 minutes avant le début de la compétition.
- **Qualification des athlètes** :
  - Licence en règle à la veille de la compétition ;
  - Ne pourront participer que les athlètes possédant une licence « compétition ».

## 4. INCIDENCES SUR LA COMPÉTITION 2027

### Division N2 & N3

Le dernier de la N2A descend en poule N2B pour la saison suivante.  
Le premier de la N2B accède en poule N2A pour la saison suivante.  
Le dernier de la N2B descend en division N3 pour la saison suivante.

En cas de descente de clubs N1, les clubs les moins bien classés de la division N2A sont rétrogradés en N2B pour la saison suivante et les clubs les moins bien classés de la division N2B sont rétrogradés en division N3 pour la saison suivante et idem pour la N3.

En cas d'accession d'un club N2 à la division N1, les clubs les moins bien classés de la division N2A ne sont pas rétrogradés en N2B pour la saison suivante et les clubs les moins bien classés de la division N2B ne sont pas rétrogradés en division N3 pour la saison suivante et idem pour la N3.

Le premier de la N3 au total des 2 tours monte en division N2 pour la saison suivante.  
Le dernier de la N3 au total des 2 tours descend en division Régionale pour la saison suivante.

Un club forfait à la finale en 2025 ne sera pas autorisé à participer à la division N2 en 2026

### Division Régionale

Le premier au total des 2 tours de la division Régionale accède en N3 pour la saison suivante.

Tout point de règlement non prévu dans le présent règlement sera traité par la CSO d'Occitanie.

	N2A	N2B	N3	REG
ATHLÈTES	2 au maximum par épreuve sur le programme complet		1 au maximum par épreuve sur le programme complet	1 au maximum par épreuve sur le programme réduit avec les épreuves choisies par chaque club
PARTICIPATION D'UN ATHLÈTE	1 course + 1 concours + 1 relais ou 1 saut + 1 lancer + 1 relais			2 épreuves (mais pas 2 courses) + 1 relais
NBR DE JUGES REQUIS	7	6	4	
QUALITÉS DES OFFICIELS REQUIS (AU MINIMUM)	<p>2 diplômés niv. 3 4 diplômés niv. 2 1 diplômés niv. 1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>pas de jeunes juges</li> <li>dont 1 diplômé courses ou juge arbitre</li> <li>dont 1 diplômé de moins de 35 ans</li> <li>affectation par le DR à sa guise</li> </ul>	<p>2 diplômés niv. 2 4 diplômés niv. 1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>pas de jeunes juges</li> <li>dont 1 diplômé de moins de 35 ans</li> <li>affectation par le DR à sa guise</li> </ul>	4 licenciés minimales ou plus âgés dont au moins 2 diplômés	
PÉNALITÉS FINANCIÈRES	30€ par officiel manquant			
PÉNALITÉS SPORTIVES	<ul style="list-style-type: none"> <li>1000 pts pour 1 officiel manquant</li> <li>1750 pts pour 2 officiels manquants</li> <li>2500 pts pour 3 officiels manquants ou ne remplissant pas la qualité requise</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>700 pts pour 1 officiel manquant</li> <li>1400 pts pour 2 officiels manquants ou ne remplissant pas la qualité requise</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>400 pts par juge manquant ou ne remplissant pas la qualité requise</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>250 pts par juge manquant ou ne remplissant pas la qualité requise</li> </ul>
MUTÉS	8 mutés et étrangers au total autorisés	8	Non limités	
ÉTRANGERS		Non limités		
AMÉNAGEMENT	Engins et haies des séniors	Engins et haies de la catégories de l'athlète pour le CA et JU		

# B. 1er Tour des Interclubs par secteur

LE 3 MAI 2026

6 sites accueilleront le **1er tour des interclubs** pour la Ligue d'Athlétisme d'Occitanie :

- Carmaux
- Lunel
- Moissac
- Perpignan
- Sesquières
- Tournefeuille

	SESQUIERES	CARMAUX	LUNEL	MOISSAC	PERPIGNAN	TOURNEFEUILLE
N1			M2AM			A632 GTA SATUC UAO31
N2A	MURET TPA	ECLA ALBI STADE RODEZ TARN SUD A			A11 A66	BSC
N2B	A09	ATN	ALES	AC AUCH MONTAUBAN AU82		GTA 2 SATUC 2
N3	STADO ACCR APA65	ATP	ASSPV ENA LA		BCAM	
REG	Inscription avant le <b>17 avril 2026</b>					

# a. 1er Tour des Interclubs - TOULOUSE

LE 3 MAI 2026 - N2A + N2B + N3 + REG

318941

## 1. LES CLUBS CONCERNÉS

**ATHLE 09 - ACCR - APA65 - MURET AC - STADO - TPA** + Les clubs de la division régionale.

La date limite de dépôt des compositions des équipes est fixée au mardi qui précède la compétition des interclubs : le **28 avril 2026 à 23h59**

## 2. LES HORAIRES

**10h00** : Ouverture du secrétariat, constitution du jury, réunion des chefs de jury avec la direction de compétition

**10h45** : Clôture des confirmations des équipes

HORAIRES	COURSES	CONCOURS MASCULINS	CONCOURS FÉMININS
11H30	3000m marche TCF 5000m marche TCM	Disque Triple Saut	Perche
11H50			Javelot
12H10	400m haies TCM		
12H20	400m haies 76cm TCF	Hauteur	
12H40	400m TCF		
12H50	400m TCM		Triple Saut
13H00	800m TCF	Poids	Disque
13H10	800m TCM		
13H20	200m TCF		
13H40	200m TCM	Perche	
14H00	1500m TCF	Longueur	
14H15	1500m TCM	Marteau	Poids
14H30	110m haies TCM		
14H45	100m haies TCF		
15H00	100m TCF		Hauteur
15H15	100m TCM		Longueur
15h30	3000m steeple 91cm TCM	Javelot	Marteau
15h50	2000m steeple 76cm TCF		
16H05	3000m TCF		
16H30	3000m TCM		
16H45	4x100m TCF		
17H00	4x100m TCM		
17H15	4x400m TCF		
17H30	4x400m TCM		

# b. 1er Tour des Interclubs - CARMAUX

LE 3 MAI 2026 - N2A + N2B + N3 + REG

318943

## 1. LES CLUBS CONCERNÉS

**ECLA - S RODEZ - TSA - ATN - ATP** + Les clubs de la division régionale.

La date limite de dépôt des compositions des équipes est fixée au mardi qui précède la compétition des interclubs : le **28 avril 2026 à 23h59**

## 2. LES HORAIRES

**10h00** : Ouverture du secrétariat, constitution du jury, réunion des chefs de jury avec la direction de compétition

**10h45** : Clôture des confirmations des équipes

HORAIRES	COURSES	CONCOURS MASCULINS	CONCOURS FÉMININS
11H30	3000m marche TCF 5000m marche TCM	Disque Triple Saut	Perche
11H50			Javelot
12H10	400m haies TCM		
12H20	400m haies 76cm TCF	Hauteur	
12H40	400m TCF		
12H50	400m TCM		Triple Saut
13H00	800m TCF	Poids	Disque
13H10	800m TCM		
13H20	200m TCF		
13H40	200m TCM	Perche	
14H00	1500m TCF	Longueur	
14H15	1500m TCM	Marteau	Poids
14H30	110m haies TCM		
14H45	100m haies TCF		
15H00	100m TCF		Hauteur
15H15	100m TCM		Longueur
15h30	3000m steeple 91cm TCM	Javelot	Marteau
15h50	2000m steeple 76cm TCF		
16H05	3000m TCF		
16H30	3000m TCM		
16H45	4x100m TCF		
17H00	4x100m TCM		
17H15	4x400m TCF		
17H30	4x400m TCM		

# C. 1er Tour des Interclubs - LUNEL

LE 3 MAI 2026 - N1 + N2B + N3 + REG

318944

## 1. LES CLUBS CONCERNÉS

ALES CA - ASSPV - ENA - LA - MA2M + Les clubs de la division régionale.

La date limite de dépôt des compositions des équipes est fixée au mardi qui précède la compétition des interclubs : le **28 avril 2026 à 23h59**

## 2. LES HORAIRES

**10h00** : Ouverture du secrétariat, constitution du jury, réunion des chefs de jury avec la direction de compétition

**10h45** : Clôture des confirmations des équipes

HORAIRES	COURSES	CONCOURS MASCULINS	CONCOURS FÉMININS
11H30	3000m marche TCF 5000m marche TCM	Disque Triple Saut	Perche
11H50			Javelot
12H10	400m haies TCM		
12H20	400m haies 76cm TCF	Hauteur	
12H40	400m TCF		
12H50	400m TCM		Triple Saut
13H00	800m TCF	Poids	Disque
13H10	800m TCM		
13H20	200m TCF		
13H40	200m TCM	Perche	
14H00	1500m TCF	Longueur	
14H15	1500m TCM	Marteau	Poids
14H30	110m haies TCM		
14H45	100m haies TCF		
15H00	100m TCF		Hauteur
15H15	100m TCM		Longueur
15h30	3000m steeple 91cm TCM	Javelot	Marteau
15h50	2000m steeple 76cm TCF		
16H05	3000m TCF		
16H30	3000m TCM		
16H45	4x100m TCF		
17H00	4x100m TCM		
17H15	4x400m TCF		
17H30	4x400m TCM		

# d. 1er Tour des Interclubs - MOISSAC

LE 3 MAI 2026 - N2B + REG

318945

## 1. LES CLUBS CONCERNÉS

**AC AUCH + AU82 + MONTAUBAN A** + Les clubs de la division régionale.

La date limite de dépôt des compositions des équipes est fixée au mardi qui précède la compétition des interclubs : le **28 avril 2026 à 23h59**

## 2. LES HORAIRES

**10h00** : Ouverture du secrétariat, constitution du jury, réunion des chefs de jury avec la direction de compétition

**10h45** : Clôture des confirmations des équipes

HORAIRES	COURSES	CONCOURS MASCULINS	CONCOURS FÉMININS
11H30	3000m marche TCF 5000m marche TCM	Disque Triple Saut	Perche
11H50			Javelot
12H10	400m haies TCM		
12H20	400m haies 76cm TCF	Hauteur	
12H40	400m TCF		
12H50	400m TCM		Triple Saut
13H00	800m TCF	Poids	Disque
13H10	800m TCM		
13H20	200m TCF		
13H40	200m TCM	Perche	
14H00	1500m TCF	Longueur	
14H15	1500m TCM	Marteau	Poids
14H30	110m haies TCM		
14H45	100m haies TCF		
15H00	100m TCF		Hauteur
15H15	100m TCM		Longueur
15h30	3000m steeple 91cm TCM	Javelot	Marteau
15h50	2000m steeple 76cm TCF		
16H05	3000m TCF		
16H30	3000m TCM		
16H45	4x100m TCF		
17H00	4x100m TCM		
17H15	4x400m TCF		
17H30	4x400m TCM		

# e. 1er Tour des Interclubs - PERPIGNAN

LE 3 MAI 2026 - N2A + N3 + REG

318946

## 1. LES CLUBS CONCERNÉS

**A11 - A66 - BCAM** + Les clubs de la division régionale.

La date limite de dépôt des compositions des équipes est fixée au mardi qui précède la compétition des interclubs : le **28 avril 2026 à 23h59**

## 2. LES HORAIRES

**10h00** : Ouverture du secrétariat, constitution du jury, réunion des chefs de jury avec la direction de compétition

**10h45** : Clôture des confirmations des équipes

HORAIRES	COURSES	CONCOURS MASCULINS	CONCOURS FÉMININS
11H30	3000m marche TCF 5000m marche TCM	Disque Triple Saut	Perche
11H50			Javelot
12H10	400m haies TCM		
12H20	400m haies 76cm TCF	Hauteur	
12H40	400m TCF		
12H50	400m TCM		Triple Saut
13H00	800m TCF	Poids	Disque
13H10	800m TCM		
13H20	200m TCF		
13H40	200m TCM	Perche	
14H00	1500m TCF	Longueur	
14H15	1500m TCM	Marteau	Poids
14H30	110m haies TCM		
14H45	100m haies TCF		
15H00	100m TCF		Hauteur
15H15	100m TCM		Longueur
15h30	3000m steeple 91cm TCM	Javelot	Marteau
15h50	2000m steeple 76cm TCF		
16H05	3000m TCF		
16H30	3000m TCM		
16H45	4x100m TCF		
17H00	4x100m TCM		
17H15	4x400m TCF		
17H30	4x400m TCM		

# P. 1er Tour des Interclubs - TOURNEFEUILLE

LE 3 MAI 2026 - N1 + N2B + REG

318947

## 1. LES CLUBS CONCERNÉS

**A632 - GTA - GTA 2 - SATUC 1 - SATUC 2 - UAO31 - BSC** + Les clubs de la division régionale.  
La date limite de dépôt des compositions des équipes est fixée au mardi qui précède la compétition des interclubs : le **28 avril 2026 à 23h59**

## 2. LES HORAIRES

**10h00** : Ouverture du secrétariat, constitution du jury, réunion des chefs de jury avec la direction de compétition

**10h45** : Clôture des confirmations des équipes

HORAIRES	COURSES	CONCOURS MASCULINS	CONCOURS FÉMININS
11H30	3000m marche TCF 5000m marche TCM	Disque Triple Saut	Perche
11H50			Javelot
12H10	400m haies TCM		
12H20	400m haies 76cm TCF	Hauteur	
12H40	400m TCF		
12H50	400m TCM		Triple Saut
13H00	800m TCF	Poids	Disque
13H10	800m TCM		
13H20	200m TCF		
13H40	200m TCM	Perche	
14H00	1500m TCF	Longueur	
14H15	1500m TCM	Marteau	Poids
14H30	110m haies TCM		
14H45	100m haies TCF		
15H00	100m TCF		Hauteur
15H15	100m TCM		Longueur
15h30	3000m steeple 91cm TCM	Javelot	Marteau
15h50	2000m steeple 76cm TCF		
16H05	3000m TCF		
16H30	3000m TCM		
16H45	4x100m TCF		
17H00	4x100m TCM		
17H15	4x400m TCF		
17H30	4x400m TCM		

# C. Finales des Interclubs par Secteur

LES 16 & 17 MAI 2026

**4 sites** accueilleront les **Finales des interclubs** pour la Ligue d'Athlétisme d'Occitanie :

- Nîmes
- Tarbes
- Perpignan
- Montauban

	N2A	N2B	N3
NIMES			ENimesA - BéziersCAM - LunelA - ASSPVergèze
TARBES			APA65 - STarbes - ACCRamonville - ATarnP
PERPIGNAN	A66 - ECLA A - TARBES PA - BLAGNAC SC - A11 - TSA - SRA - MURET AC		
MONTAUBAN		MONTAUBAN - SATUC - ATN - ACAUCH - ALES C2A - GTA2 - A09 - AU82	

# a. Finales des Interclubs - NIMES

LE 16 MAI 2026 - N3 + REG

318953

## 1. LES CLUBS CONCERNÉES

**ENîmesA, Lunel A, ASSP Vergeze, Beziers CAM + REG**

La date limite de dépôt des compositions des équipes est fixée au mardi qui précède la compétition des interclubs, **soit le 12 Mai 2026 à 23h59.**

## 2. HORAIRES

**10h00** : Ouverture du secrétariat, constitution du jury, réunion des chefs de jury avec la direction de compétition

**10h45** : Clôture des confirmations des équipes

HORAIRES	COURSES	CONCOURS MASCULINS	CONCOURS FÉMININS
11H00	3000m marche TCF 5000m marche TCM	Triple Saut Disque	Perche
11H50			Javelot
12H10	400m haies TCM		
12H20	400m haies 76cm TCF	Hauteur	
12H40	400m TCF		
12H50	400m TCM		Triple Saut
13H00	800m TCF	Poids	Disque
13H10	800m TCM		
13H20	200m TCF		
13H40	200m TCM	Perche	
14H00	1500m TCF	Longueur	
14H15	1500m TCM	Marteau	Poids
14H30	110m haies TCM		
14H45	100m haies TCF		
15H00	100m TCF		Hauteur
15H15	100m TCM		Longueur
15h30	3000m steeple TCM 91cm	Javelot	Marteau
15h50	2000m steeple TCF 76cm		
16H05	3000m TCF		
16H30	3000m TCM		
16H45	4x100m TCF		
17H00	4x100m TCM		
17H15	4x400m TCF		
17H30	4x400m TCM		

# b. Finales des Interclubs - TARBES

LE 17 MAI 2026 - N3 + REG

318954

## 1. LES CLUBS CONCERNÉES

### APA65 - S TARBES - ACC RAMONVILLE - A TARN P + REG

La date limite de dépôt des compositions des équipes est fixée au mardi qui précède la compétition des interclubs, **soit le 12 Mai 2026 à 23h59.**

## 2. HORAIRES

**10h00** : Ouverture du secrétariat, constitution du jury, réunion des chefs de jury avec la direction de compétition

**10h45** : Clôture des confirmations des équipes

HORAIRES	COURSES	CONCOURS MASCULINS	CONCOURS FÉMININS
11H00	3000m marche TCF 5000m marche TCM	Triple Saut Disque	Perche
11H50			Javelot
12H10	400m haies TCM		
12H20	400m haies 76cm TCF	Hauteur	
12H40	400m TCF		
12H50	400m TCM		Triple Saut
13H00	800m TCF	Poids	Disque
13H10	800m TCM		
13H20	200m TCF		
13H40	200m TCM	Perche	
14H00	1500m TCF	Longueur	
14H15	1500m TCM	Marteau	Poids
14H30	110m haies TCM		
14H45	100m haies TCF		
15H00	100m TCF		Hauteur
15H15	100m TCM		Longueur
15h30	3000m steeple TCM 91cm	Javelot	Marteau
15h50	2000m steeple TCF 76cm		
16H05	3000m TCF		
16H30	3000m TCM		
16H45	4x100m TCF		
17H00	4x100m TCM		
17H15	4x400m TCF		
17H30	4x400m TCM		

# C. Finales des Interclubs - PERPIGNAN

LE 17 MAI 2026 - N2A

318948

## 1. LES CLUBS CONCERNÉES

**ATHLE 66, S RODEZ A, TARBES PA, BLAGNAC SC, ECLA ALBI, ATHLE 11, MURET AC, TARN SA**

La date limite de dépôt des compositions des équipes est fixée au mardi qui précède la compétition des interclubs, **soit le 12 Mai 2026 à 23h59.**

## 2. HORAIRES

**10h00** : Ouverture du secrétariat, constitution du jury, réunion des chefs de jury avec la direction de compétition

**10h45** : Clôture des confirmations des équipes

HORAIRES	COURSES	CONCOURS MASCULINS	CONCOURS FÉMININS
11H00	3000m marche TCF	Triple Saut Disque 2kg	Perche
11H35	5000m marche TCM		Javelot 600g
12H10	400m haies 91cm TCM		
12H20	400m haies 76cm TCF	Hauteur	
12H40	400m TCF		
12H50	400m TCM		Triple Saut
13H00	800m TCF	Poids 7kg	Disque 1kg
13H10	800m TCM		
13H20	200m TCF		
13H40	200m TCM	Perche	
14H00	1500m TCF	Longueur	
14H15	1500m TCM	Marteau 7kg	Poids 4kg
14H30	110m haies TCM		
14H45	100m haies TCF		
15H00	100m TCF		Hauteur
15H15	100m TCM		Longueur
15h30	3000m steeple TCM 91cm	Javelot 800g	Marteau 4kg
15h50	2000m steeple TCF 76cm		
16H05	3000m TCF		
16H30	3000m TCM		
16H45	4x100m TCF		
17H00	4x100m TCM		
17H15	4x400m TCF		
17H30	4x400m TCM		

# d. Finales des Interclubs - MONTAUBAN

LE 17 MAI 2026 - N2B

318949

## 1. LES CLUBS CONCERNÉES

**MONTAUBAN - SATUC - ATN - AC AUCH - ALES C2A - GTA 2 - ATHLE 09 - AU82**

La date limite de dépôt des compositions des équipes est fixée au mardi qui précède la compétition des interclubs, **soit le 12 Mai 2026 à 23h59.**

## 2. HORAIRES

**10h00** : Ouverture du secrétariat, constitution du jury, réunion des chefs de jury avec la direction de compétition

**10h45** : Clôture des confirmations des équipes

HORAIRES	COURSES	CONCOURS MASCULINS	CONCOURS FÉMININS
11H00	3000m marche TCF 5000m marche TCM	Triple Saut Disque	Perche
11H50			Javelot
12H10	400m haies TCM		
12H20	400m haies 76cm TCF	Hauteur	
12H40	400m TCF		
12H50	400m TCM		Triple Saut
13H00	800m TCF	Poids	Disque
13H10	800m TCM		
13H20	200m TCF		
13H40	200m TCM	Perche	
14H00	1500m TCF	Longueur	
14H15	1500m TCM	Marteau	Poids
14H30	110m haies TCM		
14H45	100m haies TCF		
15H00	100m TCF		Hauteur
15H15	100m TCM		Longueur
15h30	3000m steeple TCM 91cm	Javelot	Marteau
15h50	2000m steeple TCF 76cm		
16H05	3000m TCF		
16H30	3000m TCM		
16H45	4x100m TCF		
17H00	4x100m TCM		
17H15	4x400m TCF		
17H30	4x400m TCM		




# 05. FINALE EQUIP'ATHLÉ

Le Règlement

p.43

Rodez

p.44



**Table des matières interactive :**  
cliquez sur le titre du sous-chapitre  
pour y accéder rapidement.

# A. Le Règlement

## 1. QUALIFICATION DES ATHLETES

Dans la mesure où l'équipe a participé et est classée au tour automnal 2025, seront qualifiées pour la Finale B Equip'Atlé d'après les résultats du tour printanier 2026.

	N1	N2
Be	8 équipes	12 équipes
Mi	8 équipes	12 équipes

- 1 athlète par épreuve au maximum.
- Un club n'aura qu'une seule équipe au maximum par catégorie. Il n'est pas possible de présenter une équipe en N1 et une équipe en N2.
- Une équipe qualifiée en Finale nationale (Finale A), ne peut pas prendre part à la finale B, même en cas de forfait à la finale A.
- S'il y a moins de 8 équipes en N1, le nombre d'équipe en N2 sera complété pour qualifier un total de 20 équipes (N1 + N2).

## 2. ENGAGEMENTS DES ATHLETES

- Par les clubs des équipes QUALIFIÉES.
- Les clubs participants devront renseigner la composition de leur équipe sur le site de la LAO via le module « engagement » **avant le 20/05/2026 à 23h59.**

## 3. RÉCOMPENSES

- 1 Coupe à chaque équipe remportant la compétition dans sa catégorie.
- 1 Médaille à chaque membre des 3 premières équipes dans leur catégorie (le jeune juge éventuel fait partie de l'équipe et reçoit donc lui aussi une médaille sur le podium).

## 4. REGLES & QUOTAS DES OFFICIELS

- **Pénalité de 30€** par officiel manquant, prélevée au compte club par la LAO.
- Le calcul des pénalités sera effectué par le délégué de la CSO LAO en utilisant la composition officielle du jury publié sur le site FFA.
- Repas des officiels offert par la LAO le dimanche midi (pas de repas pour les jeunes juges).

## 5. REGLES TECHNIQUES PARTICULIERES

Les Règles nationales FFA s'appliquent à cette compétition.

Les athlètes BEM et BEF participants à la marche et sur une autre épreuve en même temps, seront autorisés à concourir, s'ils le souhaitent sur l'horaire suivant avec les Minimes. Ils devront prévenir le secrétariat en même temps que la confirmation des équipes.

# a. Finales B Equip' Athlé - Rodez

320104

LE 24 MAI 2026 - RODEZ

## 1. ADRESSE

Stade Henri Méravilles  
Complexe Sportif de Vabre, RODEZ

## 2. HORAIRES

**09h30** : Ouverture du secrétariat et constitution du jury


**10h15** : Clôture des confirmations des équipes, réunion des chefs de jury avec la direction de compétition

HORAIRES	COURSES	HAUTEUR	PERCHE	LONGUEUR	TRIPLE SAUT	POIDS	DISQUE	MARTEAU	JAVELOT
11H00	4x60m Be							BEM MIM	
11h15	4x60m Mi								
11h30	2000m Marche Be 3000m Marche Mi	BEF		BEF	BEF	BEM			BEM
12H00	200m Haies 0.76 MIF		BEF MIF				BEM		
12H10	200m Haies 0.76 MIM								
12H20	80m MIF								
12H40	80m MIM								
13H00	50m BEM	MIF		MIF	MIF	MIM	MIM		MIM
13H20	50m BEF								
13H50	50m Haies 0.65 BEM								
14H00								BEF MIF	
14H10	50m Haies 0.65 BEF								
14H30	80m Haies 0.76 MIF	BEM		BEM	BEM	BEF			BEF
14H50	100m Haies 0.84 MIM								
15H00			BEM MIM				BEF		
15H10	120m MIF								
15H30	120m MIM								
16H00	1000m BEF	MIM		MIM	MIM	MIF	MIF		MIF
16H15	1000m BEM								
16H45	1000m MIF								
17H00	1000m MIM								
17H15	2000m MIF								
17H30	2000m MIM								



# 08. LES CHAMPIONNATS D'OCCITANIE

<u>Championnats d'OCC Master</u>	p.46
<u>Championnats d'OCC Pointes d'Or - Lunel</u>	p.47
<u>Championnats d'OCC Pointes d'Or - Toulouse</u>	p.49
<u>Championnats d'OCC d'EC</u>	p.51
<u>Championnats d'OCC Individuels Be Mi</u>	p.54
<u>Championnats d'OCC Individuels</u>	p.56
<u>Championnats d'OCC d'EC Be</u>	p.59



**Table des matières interactive :**  
cliquez sur le titre du sous-chapitre  
pour y accéder rapidement.

# A. Championnats d'OCC Masters

LE 31 MAI 2026 - MURET - MASTERS

321103

## 1. LES CATÉGORIES CONCERNÉES

Masters

## 2. ENGAGEMENT DES ATHLÈTES

- Engagement libre jusqu'au 26 mai 2026 sur le site d'engagement fédéral.

## 3. RÉCOMPENSES

Le nombre de médaille est limité à 2 par athlète. Le relais ne compte pas dans ce nombre.

## 4. LES OFFICIELS

Règles de quotas des officiels ([Cf.p.15 du Livret](#))

## 5. HORAIRES

**09h00** : Ouverture du secrétariat et réunion des chefs de jury avec la direction de la compétition.

**1 heure avant l'épreuve** : Confirmations.

HORAIRES	COURSES	CONCOURS MASCULINS	CONCOURS FÉMININS
10H30	5000m Marche F et M	Perche	Perche
12H00	5000m FetM	Javelot Triple Saut	Javelot Triple Saut
13H15	300m Haies F 400m Haies M		
13H45	1500m F	Longueur	Longueur
14H00	1500m M		
14H10	100m F		
14H20	100m M		
14H30	400m F		
14H40	400m M	Hauteur	Hauteur
14H50	Steeple F		
15H10	Steeple M		
15H25	80m Haies F 100m Haies F		
15H40	80m Haies M 100m Haies M 110m Haies M		
15H55	800m F		
16H05	800m M		
16H15	200m F		
16H25	200m M		

# B. Championnats d'OCC de Pointes d'Or

LE 07 JUIN 2026 - LUNEL - BE MI

320253

## 1. LES CATÉGORIES CONCERNÉES

Benjamins, Minimes.

## 2. QUALIFICATIONS DES ATHLÈTES

- **60 athlètes qualifiés** au bilan des triathlons plein air figurant sur la liste des qualifiables.
  - Date limite des performances : **25 mai 2026**
  - Publication d'une liste de **120 athlètes qualifiables** pour chaque catégorie

## 3. ENGAGEMENT DES ATHLÈTES

- Ne seront autorisés à participer que les athlètes des départements **11, 30, 34, 48 et 66**.
- Engagement des athlètes qualifiables sur le site fédéral jusqu'au **29 mai 2026 à 23h59**.
- Demande de Qualifications Exceptionnelles possible jusqu'au **1er juin 2026 à 12h00**.
- **Choix des épreuves pour les athlètes qualifiés sur le site fédéral jusqu'au 4 juin 2026 à 12h00.**
- **Aucun engagement ne peut être accepté sur place.**

## 4. RÉCOMPENSES

Médaille d'or, d'argent et de bronze à chaque TRIATHLON de chaque catégorie.

Récompenses aux 8 premiers (FINALISTES) de chaque TRIATHLON de chaque catégorie.

## 5. LES OFFICIELS

Règles de quotas des officiels ([Cf. p.15 du Livret](#))

- Pénalité de 30€ par officiel manquant, prélevée au compte club par la LAO.
- Le calcul des pénalités sera effectué par le délégué technique LAO en utilisant la composition officielle du jury publié sur le site FFA.
- Repas des officiels offert par la LAO le dimanche midi.

## 6. RÈGLES TECHNIQUES PARTICULIÈRES

Cf les règles de la FFA pour les POINTES d'OR 2026.

La règle des 8 essais ne sera pas appliquée.

Une chambre d'appel sera mise en place si l'organisation le permet.

## 7. HORAIRES

### Dimanche 7 Juin 2026

**09h30** : Ouverture du secrétariat et constitution du jury

**10h15** : Fin des confirmations et mise en place du jury

HORAIRES	COURSES	HAUTEUR	PERCHE	LONGUEUR	TRIPLE SAUT	POIDS	DISQUE	MARTEAU	JAVELOT
11H00	200m Haies 0.76 MIM	BEF	BEF	BEF	BEF	BEM	BEM	BEM	BEM
11H10	200m Haies 0.76 MIF								
11H30	80m MIM								
11H50	80m MIF								
12H10	50m BEM								
12H30	50m BEF	MIF	MIF	MIF	MIF	MIM	MIM	MIM	MIM
12H50	50m Haies 0.65 BEM								
13H10	50m Haies 0.65 BEF								
14H00	80m Haies 0.76 MIF	BEM	BEM	BEM	BEM	BEF	BEF	BEF	BEF
14H20	100m Haies 0.84 MIM								
14H40	120m MIF								
15H00	120m MIM								
15H30	1000m BEF	MIM	MIM	MIM	MIM	MIF	MIF	MIF	MIF
15H45	1 000m BEM								
16H00	1 000m MIF								
16H15	1 000m MIM								
16H30	2 000m MIF								
16H45	2 000m MIM								
17H00	2000m Marche BEF & M 3000m Marche MIF & M								

#### LES MONTÉES DE BARRE - HAUTEUR

<b>BEF</b>	116	120	124	128	132	135	138	141	144	147
<b>BEM</b>	122	126	130	134	138	141	144	147	150	153
<b>MIF</b>	122	126	130	134	138	141	144	147	150	153
<b>MIM</b>	-	140	144	148	152	156	159	162	165	168

#### LES MONTÉES DE BARRE - PERCHE

<b>BEF</b>	140	150	160	170	180	190	200	210	220	230
<b>BEM</b>	150	160	170	180	190	200	210	220	230	240
<b>MIF</b>	150	160	170	180	190	200	210	220	230	240
<b>MIM</b>	200	210	220	230	240	250	260	270	280	290

#### PLANCHES - TRIPLE SAUT

<b>BEF</b>	7m
<b>BEM</b>	7m et 9m
<b>MIF</b>	7m et 9m
<b>MIM</b>	9m et 11m

# C. Championnats d'OCC de Pointes d'Or

LE 07 JUIN 2026 - TOULOUSE - BE MI

320252

## 1. LES CATÉGORIES CONCERNÉES

Benjamins, Minimes.

## 2. QUALIFICATIONS DES ATHLÈTES

- **60 athlètes qualifiés** au bilan des triathlons plein air figurant sur la liste des qualifiables.
  - Date limite des performances : **25 mai 2026**
  - Publication d'une liste de **120 athlètes qualifiables** pour chaque catégorie

## 3. ENGAGEMENT DES ATHLÈTES

- Ne seront autorisés à participer que les athlètes des départements **09, 12, 31, 32, 46, 65, 81 et 82**.
- Engagement des athlètes qualifiables sur le site fédéral jusqu'au **29 mai 2026 à 23h59**.
- Demande de Qualifications Exceptionnelles possible jusqu'au **1er juin 2026 à 12h00**.
- **Choix des épreuves pour les athlètes qualifiés sur le site fédéral jusqu'au 4 juin 2026 à 12h00.**
- **Aucun engagement ne peut être accepté sur place.**

## 4. RÉCOMPENSES

Médaille d'or, d'argent et de bronze à chaque TRIATHLON de chaque catégorie.

Récompenses aux 8 premiers (FINALISTES) de chaque TRIATHLON de chaque catégorie.

## 5. LES OFFICIELS

Règles de quotas des officiels ([Cf p.15 du Livret](#))

- Pénalité de 30€ par officiel manquant, prélevée au compte club par la LAO.
- Le calcul des pénalités sera effectué par le délégué technique LAO en utilisant la composition officielle du jury publié sur le site FFA.
- Repas des officiels offert par la LAO le dimanche midi.

## 6. RÈGLES TECHNIQUES PARTICULIÈRES

Cf les règles de la FFA pour les POINTES d'OR 2026.

La règle des 8 essais ne sera pas appliquée.

Une chambre d'appel sera mise en place si l'organisation le permet.

## 7. HORAIRES

### Dimanche 7 Juin 2026

**09h30** : Ouverture du secrétariat et constitution du jury

**10h15** : Fin des confirmations et mise en place du jury

HORAIRES	COURSES	HAUTEUR	PERCHE	LONGUEUR	TRIPLE SAUT	POIDS	DISQUE	MARTEAU	JAVELOT
11H00	200m Haies 0.76 MIM	BEF	BEF	BEF	BEF	BEM	BEM	BEM	BEM
11H10	200m Haies 0.76 MIF								
11H30	80m MIM								
11H50	80m MIF								
12H10	50m BEM								
12H30	50m BEF	MIF	MIF	MIF	MIF	MIM	MIM	MIM	MIM
12H50	50m Haies 0.65 BEM								
13H10	50m Haies 0.65 BEF								
14H00	80m Haies 0.76 MIF	BEM	BEM	BEM	BEM	BEF	BEF	BEF	BEF
14H20	100m Haies 0.84 MIM								
14H40	120m MIF								
15H00	120m MIM								
15H30	1000m BEF	MIM	MIM	MIM	MIM	MIF	MIF	MIF	MIF
15H45	1 000m BEM								
16H00	1 000m MIF								
16H15	1 000m MIM								
16H30	2 000m MIF								
16H45	2 000m MIM								
17H00	2000m Marche BEF & M 3000m Marche MIF & M								

#### LES MONTÉES DE BARRE - HAUTEUR

<b>BEF</b>	116	120	124	128	132	135	138	141	144	147
<b>BEM</b>	122	126	130	134	138	141	144	147	150	153
<b>MIF</b>	122	126	130	134	138	141	144	147	150	153
<b>MIM</b>	-	140	144	148	152	156	159	162	165	168

#### LES MONTÉES DE BARRE - PERCHE

<b>BEF</b>	140	150	160	170	180	190	200	210	220	230
<b>BEM</b>	150	160	170	180	190	200	210	220	230	240
<b>MIF</b>	150	160	170	180	190	200	210	220	230	240
<b>MIM</b>	200	210	220	230	240	250	260	270	280	290

#### PLANCHES - TRIPLE SAUT

<b>BEF</b>	7m
<b>BEM</b>	7m et 9m
<b>MIF</b>	7m et 9m
<b>MIM</b>	9m et 11m

# D. Championnats d'OCC d'Épreuves Combinées

LE 13 & 14 JUIN 2026 - BLAGNAC - MI CA JU ES SE

318956

## 1. LES CATÉGORIES CONCERNÉES

Minimes, Cadets, Juniors, Espoir, Seniors.

## 2. QUALIFICATIONS DES ATHLÈTES

- **MI** : **20 meilleures performances** parmi les athlètes figurant sur la liste des qualifiables
- **CA** : **16 meilleures performances** parmi les athlètes figurant sur la liste des qualifiables
- **JU** : **16 meilleures performances** parmi les athlètes figurant sur la liste des qualifiables
- **ES** : **16 meilleures performances** parmi les athlètes figurant sur la liste des qualifiables
- **SE** : **16 meilleures performances** parmi les athlètes figurant sur la liste des qualifiables

## 3. ENGAGEMENT DES ATHLÈTES

Engagement des athlètes qualifiables sur le site fédéral jusqu'au **5 juin 2026 à 23h59**.  
Demande de Qualifications Exceptionnelles possible jusqu'au **8 juin 2026 à 12h00**.

## 4. RÉCOMPENSES

Médaille d'or, d'argent et de bronze au classement de chaque épreuve combinée de chaque catégorie MI, CA, JU, ES & ELITE. Les athlètes étrangers classés dans les trois premiers de chaque catégorie montent sur le podium et reçoivent une médaille, en complément des trois athlètes français.

## 5. LES OFFICIELS

Règles de quotas des officiels ([Cf p.15 du Livret](#))

Le jury de base est logé si nécessaire aux frais de la LAO pour la nuit du samedi au dimanche ([Cf. Circulaire Financière sur le site de la ligue](#)).

Les repas des officiels sont pris en charge par la LAO pour le samedi midi et le dimanche midi, sous réserve d'avoir informé le siège de la LAO avant le jeudi 23h59 précédant la compétition.

## 6. RÈGLES TECHNIQUES PARTICULIÈRES

Rappel : Tout athlète ne prenant pas le départ ou ne réalisant pas au moins un essai dans l'une des épreuves ne sera pas autorisé à prendre part aux épreuves suivantes et sera considéré comme ayant abandonné la compétition.

La délégué technique pourra créer des groupes et pourra modifier les horaires si les circonstances l'exigent.

Les athlètes devront confirmer leur participation en début de chaque journée sur la feuille prévue à cet effet sur les tables de confirmation avant l'heure limite indiquée.

## 7. HORAIRES

### Samedi 13 Juin 2026

**10h30** : Ouverture du secrétariat et constitution du jury

**11h15** : Fin des confirmations et mise en place du jury

HORAIRES	HEPTATHLON MIF	HEPTATHLON CAF	HEPTATHLON JUS ESF SEF	OCTATHLON MIM	DECATHLON CAM	DECATHLON JUM	DECATHLON ESM SEM
12H00	Longueur A & B			Poids A & B	100m		
12H15							100m
12H30						100m	
12H45					Perche		
13H00			100m haies 84cm				Longueur
13H15				100m haies 84cm			
13H30		100m haies 76cm					
13H45	80m haies 76cm						
14H15		Hauteur par niveau					
14H30	Javelot						
14H45						Poids	Poids
15H00				Perche	Disque		
16H15						Hauteur par niveau	
16H30		Javelot					
16H45	100m		Poids		Longueur		
17H15				Disque			
17H45			200m				
18H15		200m					
18H30							400m
18H40						400m	
18H50					400m		

## Dimanche 14 Juin 2026

**09h00** : Ouverture du secrétariat et constitution du jury

**09h30** : Fin des confirmations et mise en place du jury

HORAIRES	HEPTATHLON MIF	HEPTATHLON CAF	HEPTATHLON JUS ESF SEF	OCTATHLON MIM	DECATHLON CAM	DECATHLON JUM	DECATHLON ESM SEM
10H00	Hauteur A & B			Javelot			110m haies
10H15						110m haies	
10H30					110m haies		
11H00		Longueur	Longueur				Disque
11H30				100m			
11H45					Javelot 700g		
12H30	Poids A & B			Hauteur A & B			Perche
13H45		Poids	Javelot		Hauteur A & B		
14H15		Hauteur par niveau					
14H30				1000m			
14H45						Javelot 1 athlète ayant terminé la perche	
15H00	1000m				Poids		
15H15		800m					
15H30			800m				
16H00						Javelot 2	
16H15					1500m		
16H30						1500m	
17H00							1500m

# E. Championnats d'OCC Individuels Be Mi

LE 21 JUIN 2026 - ALBI - BE MI

320105

## 1. LES CATÉGORIES CONCERNÉES

Benjamins, Minimes.

## 2. QUALIFICATIONS DES ATHLÈTES

BE	
50m	32 athlètes
100m	24 athlètes
50m haies	24 athlètes
Perche	16 athlètes
Autres sauts	20 athlètes
Lancers	20 athlètes
Marche	16 athlètes

MI	
80m	32 athlètes
120m	24 athlètes
1 000m	24 athlètes
2 000m	16 athlètes
80m haies	24 athlètes MIF
100m haies	24 athlètes MIM
200m haies	16 athlètes
Perche	16 athlètes
Autres sauts	24 athlètes
Lancers	24 athlètes
Marche	16 athlètes

## 3. ENGAGEMENT DES ATHLÈTES

Engagement des athlètes qualifiables sur le site fédéral jusqu'au **12 juin 2026 à 23h59**.  
Demande de Qualifications Exceptionnelles possible jusqu'au **15 juin 2026 à 12h00**.

Engagement des compositions des équipes de relais : Les clubs participant devront renseigner la composition de leur équipe sur le site de la LAO via le module « engagement » en précisant l'ordre des athlètes **avant le 17 juin 2026 à 23H59**. Si 2 équipes, utiliser l'ordre de 1 à 4 pour équipe 1 et ordre 5 à 8 pour équipe 2.

Aucun engagement ne peut être accepté sur place.

## 4. RÉCOMPENSES

Médaille d'or, d'argent et de bronze au classement de chaque épreuve de chaque catégorie BE et MI.

## 5. LES OFFICIELS

Règles de quotas des officiels ([Cf p.15 du Livret](#))

Pénalité de 30€ par officiel manquant, prélevée au compte club par la LAO.

Le calcul des pénalités sera effectué par le délégué technique LAO en utilisant la composition officielle du jury publié sur le site FFA.

Repas des officiels offert par la LAO le dimanche midi.

## 6. RÈGLES TECHNIQUES PARTICULIÈRES

- Une chambre d'appel sera mise en place.
- 3+3 essais pour tous en concours.
- Finale directe pour toutes les épreuves sauf 50m BE, 80m MI, 120m MI, 50m haies BE, 80m haies MIF, 100m haies MIM.
  - Finale A et B sur 50m BE, 80m MI
  - Finale A sur 120m MI, 50m haies BE, 80m haies MIF, 100m haies MIM

## 7. HORAIRES

**09h30** : Ouverture du secrétariat

**10h15** : Mise en place du jury

**45 minutes avant l'épreuve** : Fin des confirmations

HORAIRES	COURSES	HAUTEUR	PERCHE	LONGUEUR	TRIPLE SAUT	POIDS	DISQUE	MARTEAU	JAVELOT
11H00	200m Haies 0.76 MIF finales	MIM	BEM	MIF	BEF	MIM	BEM	MIF	BEF
11H15	200m Haies 0.76 MIM finales								
11H35	50m Haies 0.65 BEF séries								
11H50	50m Haies 0.65 BEM séries								
12H10	80m Haies 0.76 MIF séries								
12H30	100m Haies 0.84 MIM série								
12H50	50m Haies 0.65 BEF finale A								
13H00	50m Haies 0.65 BEM finale A	MIF	BEF	MIM	BEM	MIF	BEF	MIM	BEM
13H10	80m Haies 0.76 MIF finale A								
13H20	100m Haies 0.84 MIM finale A								
13H35	50m BEF séries								
13H55	50m BEM séries								
14H15	80m MIF séries								
14H35	80m MIM séries								
15H00	120m MIF finales	BEM	MIF	BEF	MIM	BEM	MIF	BEF	MIM
15H15	120m MIM finales								
15H35	50m BEF finales A & B								
15H45	50m BEM finales A & B								
16H05	80m MIF finales A & B								
16H15	80m MIM finales A & B								
16H25	100m BEF finales A & B								
16H40	100m BEM finales A & B								
16H55	100m MIF finales A & B								
17H00		BEF	MIM	BEM	MIF	BEF	MIM	BEM	MIF
17H10	100m MIM finales A & B								
17H25	2000m MIF finales								
17H35	2000m MIM finales								
17H45	2000m marche BE F&M 3000m marche MIF&M								
18H20	4x60m BEF puis BEM								
	4x60m MIF puis MIM								

# F. Championnats d'Occitanie Individuels

LE 27 & 28 JUIN 2026 - SESQUIERES - CA JU ES SE

318957

## 1. LES CATÉGORIES CONCERNÉES

Cadets, Juniors, Espoir, Séniors.

## 2. QUALIFICATIONS DES ATHLÈTES

- **CA :**
  - **30 MEILLEURES PERFORMANCES** parmi les demandes de participation pour le 100, 200, Haies hautes
  - **20 MEILLEURES PERFORMANCES** parmi les demandes de participation pour toutes les autres épreuves de cette journée.
- **JU :**
  - **30 MEILLEURES PERFORMANCES** parmi les demandes de participation pour le 100, 200, Haies hautes.
  - **20 MEILLEURES PERFORMANCES** parmi les demandes de participation pour toutes les autres épreuves de cette journée.
- **ES :**
  - **20 MEILLEURES PERFORMANCES** parmi les demandes de participation pour le 100, 200, Haies hautes.
  - **20 MEILLEURES PERFORMANCES** parmi les demandes de participation pour le 100, 200, Haies hautes.
- **SE :**
  - **20 MEILLEURES PERFORMANCES** parmi les demandes de participation pour le 100, 200, Haies hautes.
  - **20 MEILLEURES PERFORMANCES** parmi les demandes de participation pour toutes les autres épreuves de cette journée.

## 3. ENGAGEMENT DES ATHLÈTES

Engagement des athlètes qualifiables sur le site fédéral jusqu'au **19 juin 2026 à 23h59**.

Demande de Qualifications Exceptionnelles possible jusqu'au **22 juin 2026 à 12h00**.

## 4. RÉCOMPENSES

Médaille d'or, d'argent et de bronze au classement de chaque épreuve combinée de chaque catégorie CA, JU, ES & SE. Les athlètes étrangers classés dans les trois premiers de chaque catégorie montent sur le podium et reçoivent une médaille, en complément des trois athlètes français.

## 5. LES OFFICIELS

Règles de quotas des officiels ([Cf p.15 du Livret](#))

Le jury de base est logé si nécessaire aux frais de la LAO pour la nuit du samedi au dimanche ([Cf. Circulaire Financière sur le site de la ligue](#)).

Repas des officiels offert par la LAO pour le samedi soir et le dimanche midi.

## 6. RÈGLES TECHNIQUES PARTICULIÈRES

- Sur 800 m, les finales directes regrouperont un maximum de 12 athlètes chacune.
- Pour les courses, les séries seront constituées par niveau, sans attribution aléatoire des couloirs.
- Les finales du 100 m et du 200 m seront disputées par catégorie pour l'attribution des médailles.

- Les concours avec barre seront organisés par niveau, avec attribution des médailles au classement scratch.

Les athlètes devront confirmer leur participation à chaque épreuve sur la feuille prévue à cet effet, disponible sur les tables de confirmation, avant l'heure limite indiquée. À défaut, ils ne pourront participer que « HC » (hors concours), ce qui implique que :

- les athlètes HC ne reçoivent pas de médaille et ne montent pas sur le podium ;
- si un ou plusieurs athlètes HC figurent parmi les huit premiers d'une finale LAO après les trois premiers essais, les athlètes classés 9<sup>e</sup> et suivants bénéficieront de trois essais supplémentaires ;
- les athlètes HC classés dans les huit premiers après les trois premiers essais bénéficieront également de trois essais supplémentaires.

Les athlètes devront également confirmer leur participation à la finale sur la feuille du classement scratch des séries, affichée sur les tables de confirmation, avant l'heure limite indiquée. À défaut, ils ne pourront pas participer à la finale et seront remplacés par les athlètes suivants au classement des performances.

## 7. HORAIRES

### Samedi 27 Juin 2026

**10h30** : Ouverture du secrétariat et constitution du jury

**11h** : Mise en place du jury

**45 minutes avant l'épreuve** : Fin des confirmations

HORAIRES	COURSES	HAUTEUR	PERCHE	LONGUEUR	TRIPLE SAUT	POIDS	DISQUE	MARTEAU	JAVELOT
11H45	400m H (0.91) ESM JUM niveau	Finale F 1er barre 1.30	Finale M B 1er barre 2.50					CAM	
12H10	400m H (0.84) CAM								
12H30	400m H (0.76) F niveau			CAM	JUF ESF SEF				
13H30								JUM	
14H00							CAF		
14H15	200m séries F niveau					CAM			
14H45	200m séries M niveau				CAF				
15H30				JUM					
16H00	200m finales F catégorie		Finale M 12 meilleurs					ESM SEM	JUF ESF SEF
16H30	200m finale M catégorie						CAF		
17H15						JUM			
18H15	800m F niveau	Finale F 12 meilleures		ESM SEM					
18H45	800m M niveau						JUF ESF SEF		CAF
19H15	1500m F niveau					ESM SEM			
19H45	1500m M niveau								
20H15	4x100 CA JUF ESF puis M								
20H45	5000m marche TCC								

## Dimanche 28 Juin 2026

**10h30** : Ouverture du secrétariat et constitution du jury

**11h** : Mise en place du jury

**45 minutes avant l'épreuve** : Fin des confirmations

HORAIRES	COURSES	HAUTEUR	PERCHE	LONGUEUR	TRIPLE SAUT	POIDS	DISQUE	MARTEAU	JAVELOT
09H30	5000m finale ESF SEF								
09H55	5000m finale JUM ESM SEM								
10H15	3000m finale CAF JUF								
10H30	3000m finale CAM								
10H45	2000m steeple CAM 84cm								
11H00	3000m steeple SE ES JUM 91cm								
11H15	3000m steeple SE ES F 76cm								
11H35	2000m steeple CA JU F 76cm								
11H50	400m M niveau		Finale F - B					CAF	
12H30	400m F niveau	Finale M - B lere batte 1.60		ESF SEF			CAM		
13H00	110m haies TCM séries 1.06							JU ES SE F	JU ES SE M
13H15	110m haies JUM séries 0.99								
13H30	110m haies CAM séries 0.91				CAM				
13H50	100m haies TCF séries 0.84			JUF		CA JU F	JUM		
14H15	100m haies CAF série 0.76		Finale F 12 meilleures						
14H30	100m F série niveau	Finale M 12 meilleurs							
15H15	100m M série niveau								CAM
15H45	110m haies TCM finale 1.06				JU ES SE M				
15H50	110m haies JUM finale 0.99								
16H00	110m haies CAM finale 0.91			CAF		ES SE F	ES SE M		
16H10	100m haies TCF finale 0.84								
16H20	100m haies CAF finale 0.76								
16H45	100m F finale catégorie								
17H10	100m M finale catégorie								

# Championnats d'Occ d'Épreuves Combinées Be

LE 27 JUIN 2026 - SESQUIERES

318957

## 1. LA CATÉGORIE CONCERNÉE

Benjamins.

## 2. QUALIFICATIONS DES ATHLÈTES

- **BE** : **20 MEILLEURES PERFORMANCES** parmi les athlètes figurant sur la liste des qualifiables

## 3. ENGAGEMENT DES ATHLÈTES

**Engagement des athlètes** qualifiables sur le site fédéral jusqu'au **19 juin 2026**.

Demande de **Qualifications Exceptionnelles** possible jusqu'au **22 juin 2026 à 12h00**.

## 4. RÉCOMPENSES

Médaille d'or, d'argent et de bronze au classement de chaque épreuve combinée de la catégorie benjamine.

## 5. LES OFFICIELS

Règles de quotas des officiels ([Cf p.15 du Livret](#)).

## 6. LES RÈGLES TECHNIQUES PARTICULIÈRES

**Rappel** : aucun athlète ne peut participer à une épreuve sans avoir, de l'avis du Juge Arbitre, participé aux épreuves précédentes.

**La délégué technique pourra créer des groupes et pourra modifier les horaires si les circonstances l'exigent.**

## 7. HORAIRES

**10h30** : Ouverture du secrétariat et constitution du jury

**45 minutes avant la première l'épreuve** : Clôture des confirmations

**12h30** : Mise en place du jury

HORAIRES	TETRATHLON BENJAMINS	TETRATHLON BENJAMINES
13H00	50m Haies	
13H15		50m Haies
14H00	Hauteur sautoir 1 & 2	Javelot
16H00	Disque	Hauteur sautoir 1 & 2
17H30	1000m	
17H45		1000m



**07.CIRCUIT DES  
MEETINGS CRÉDIT  
MUTUEL OCCITANIE 2028**



# A. Principe Général

## 1. L'OBJETIF

Dans le but de valoriser les meilleurs athlètes licenciés en Occitanie et de soutenir les clubs organisateurs de meetings, il est créé un circuit des meetings régionaux.

## 2. LE RÉGLEMENT

Le **Circuit des Meetings Crédit Mutuel Occitanie 2026** est constitué de 4 familles en Féminines et en Masculins.

### Epreuves composant les 4 familles :

- Sprint - Haies : 100 - 200 - 400 - 100/110 Haies - 400 Haies
- ½ Fond - Marche : 800 - 1000 - 1500 - 3000 - 5000 - Steeple - Marche
- Sauts : Hauteur - Perche - Longueur - Triple Saut
- Lancers : Poids - Disque - Marteau - Javelot

Le circuit est réservé aux athlètes des catégories Cadets, Juniors, Espoirs, Seniors et Masters licenciés « compétition » pour la saison 2025-2026 dans un club de la LAO.

Pour les catégories Cadets et Juniors, Féminines et Masculines, les planches de saut, la hauteur des obstacles pour les courses de Haies et de Steeple, et les engins de lancers seront ceux correspondant à la catégorie de l'athlète.

Les athlètes masters qui souhaitent figurer au classement du Circuit des Meetings, doivent concourir avec les mêmes caractéristiques techniques que les athlètes seniors. (Masse des engins de lancers, hauteurs des haies et des barrières).

### LE CLASSEMENT PAR FAMILLE

Il est établi par le siège de la LAO et publié le plus souvent possible sur le site LAO.

Pour être classé(e) dans une famille, un(e) athlète peut participer à toutes les compétitions de la liste suivante :

- Championnat régional individuel de sa catégorie
- Meetings du circuit régional LAO

Le classement sera établi en prenant en compte 3 cotations pour chaque athlète. Seule la meilleure cotation par famille sera prise en compte sur chaque compétition. Le calcul des points sera effectué pour toutes les épreuves à la table de logica. La cotation réalisée lors du championnat régional de sa catégorie est bonifiée de 300 pts.

### LES DÉROGATIONS

Puisque l'objectif est que les meilleurs athlètes se rencontrent sur le territoire de la LAO, aucune dérogation n'est possible.

## LES RÉCOMPENSES

La remise des récompenses se fera en fin d'année.

Par famille et par sexe, au moins 5 athlètes seront récompensés :

- 1er(e) : 500 €
- 2ème : 400 €
- 3ème : 300 €
- 4ème : 200 €
- 5ème : 100 €

Un athlète quelle que soit sa catégorie, ne peut être récompensé que dans une seule famille (celle où il sera le mieux classé). Dans la (ou les familles) où cet athlète n'est pas récompensé, les athlètes classés après lui monteront d'un cran afin d'avoir toujours au minimum 5 récompensés par famille.

Afin de valoriser la catégorie Cadets, au moins 2 athlètes cadets seront systématiquement récompensés par famille et sexe :

- Si 2 cadets rentrent dans les 5 premiers, ces 2 cadets obtiendront la dotation qui correspond à leur rang.
- Si 1 seul cadet rentre dans les 5 premiers, celui-ci obtiendra la dotation qui correspond à son rang et le meilleur cadet classé au-delà de la 5ème place obtiendra la dotation de 80 €.
- Si aucun cadet n'entre dans les 5 premiers, les 2 meilleurs cadets classés au-delà de la 5ème place obtiendront chacun une dotation de 80 €.

## CALENDRIERS DES CHAMPIONNATS RÉGIONAUX PRIS EN COMPTE

- Championnats régionaux Masters
- Championnats régionaux Épreuves Combinées
- Championnats régionaux CA-JU-ES-SE

# B. Calendriers des meetings

		FEMININES																					
Lieu	Date	100 Mètres	200 Mètres	400 Mètres	800 Mètres	1500 Mètres	Mille	3000 Mètres	5000 Mètres	100 M. Haies	400 M. Haies	3000 M. Steeple	Hauteur	Perche	Longueur	Triple-saut	Poids	Disque	Marteau	Javelot	Relais	3000 Marche	
Blagnac	18-avr																						x
Moissac	25-avr	x	x		x								x		x		x		x	x			
Nîmes	09-mai	x			x	x				x	x	x				x			x		x		
Millau	30-mai																	x			x		
Balma	31-mai												x	x	x	x							
Narbonne	03-juin	x		x	x		x			x			x		x						x		
Tarbes	05-juin	x		x	x					x			x	x	x	x					x	x	x
Pamiers	06-juin	x	x		x			x					x	x			x				x		
Montpellier	06-juin		x	x		x				x	x		x			x	x	x	x				
Toulouse (UAO31)	10-juin	x			x						x				x				x			x	
Pezenas (NAT)	13-juin	N		x	N	x							x	N	N								
Castres (NAT)	13-juin																	N	N				
L'Union	17-juin																						x
Moissac	19-juin				x	x						x					x		x				
Muret	19-juin	x		x		x							x		x								x
Blagnac	20-juin	x		x				x		x			x		x	x				x	x	x	
Ales	20-juin	x	x		x			x							x								
Toulouse Capitole	20-juin													x									
Auch	03-juil		x	x	x			x		x			x		x			x			x		
Montauban	04-juil	x	x	x	x	x							x				x						
Rodez	04-juil	x				x									x			x			x		
Albi (NAT)	04-juil	N	x	x									x		N		N						
Tournefeuille	10-juil					x							x	x	x	x							

		MASCULINS																					
Lieu	Date	100 Mètres	200 Mètres	400 Mètres	800 Mètres	1500 Mètres	Mille	3000 Mètres	5000 Mètres	110 M. Haies	400 M. Haies	3000 M. Steeple	Hauteur	Perche	Longueur	Triple-saut	Poids	Disque	Marteau	Javelot	Relais	5000 Marche	
Blagnac	18-avr																						x
Moissac	25-avr	x	x			x							x		x		x		x	x			
Nîmes	09-mai	x			x				x		x	x				x		x				x	
Millau	30-mai					x																	
Balma	31-mai															x	x						
Narbonne	03-juin	x		x	x		x			x			x		x						x		
Tarbes	05-juin	x		x	x					x			x	x	x	x					x	x	x
Pamiers	06-juin	x	x		x			x							x	x		x			x		
Montpellier	06-juin		x	x		x				x	x			x		x	x	x	x				
Toulouse (UAO31)	10-juin	x			x						x					x				x			x
Pezenas (NAT)	13-juin	N		x	N	x		x					x		N			N					
Castres (NAT)	13-juin																	N	N				
L'Union	17-juin																						x
Moissac	19-juin				x	x						x					x		x				
Muret	19-juin	x		x	x	x							x										x
Blagnac	20-juin	x		x				x		x			x			x		x	x	x	x	x	
Ales	20-juin	x	x		x				x						x		x	x					
Toulouse Capitole	20-juin													x									
Auch	03-juil		x	x	x				x		x		x		x			x			x		
Montauban	04-juil	x	x	x		x								x	x				x		x		
Rodez	04-juil	x				x					x					x					x		
Albi (NAT)	04-juil	N	x	x		x									N	x	N						
Tournefeuille	10-juil					x							x	x	x	x							

# a. Meeting de Marche "Alexis Jordana"

LE 18 AVRIL 2026 - BLAGNAC

318967

## 1. ADRESSE

Stade Andromède, Piste Stéphane DIAGANA  
Chemin du Ferradou, 31700 BLAGNAC

## 2. HORAIRES

Les horaires provisoires diffusés sur le site de la Ligue et dans ce livret depuis le mois d'avril pourront être modifiés et **deviendront définitifs dès la publication des engagés.**

**09h30** : Ouverture du secrétariat

**30 minutes avant l'épreuve** : Clôture des confirmations

HORAIRES	FÉMININS	MASCULINS
<b>09H30</b>	Formation Juge / Assistant Juge	
<b>10H30</b>	10 000m MARCHÉ	10 000m MARCHÉ
<b>10H30</b>	5 000m MARCHÉ	5 000m MARCHÉ
<b>11H00</b>	3 000m MARCHÉ 2 000m MARCHÉ	3 000m MARCHÉ 2 000m MARCHÉ
<b>11H30</b>	Animation Marche	

# b. Meeting de Moissac Athlé

LE 25 AVRIL 2026 - MOISSAC

318970

## 1. ADRESSE

Stade Jo CARABIGNAC  
Avenue du Sarlac, 82200 MOISSAC

## 2. HORAIRES

Les horaires provisoires diffusés sur le site de la Ligue et dans ce livret depuis le mois d'avril pourront être modifiés et **deviendront définitifs dès la publication des engagés.**

**14H00** : Ouverture du secrétariat et constitution du jury

**14H30** : Mise en place du jury

**40 minutes avant l'épreuve** : Clôture des confirmations

HORAIRES	COURSES	MASCULINS	FÉMININS
15H00	200m TCM	Hauteur TCM Poids TCM	Marteau TCF Longueur TCF
15H30	200m TCF		
16H00	50m BeM/BeF	Marteau TCM	Hauteur TCF Poids TCF
16H30	120m MiM/MiF	Longueur TCM Javelot TCM	
17H00	800m TCF		
17H15	1 500m TCM		
17H45	100m TCM		Javelot TCF
18H15	100m TCF		

# c. Meeting de Nîmes

LE 09 MAI 2026 - NÎMES

318973

## 1. ADRESSE

Complexe Marcel ROUVIERE, piste Alain MIMOUN  
2 avenue Georges DAYAN, 30900 NÎMES

## 2. HORAIRES

HORAIRES	COURSES	CONCOURS FÉMININS	CONCOURS MASCULINS
15H30	100m Para Sport Adapté TCM CD / TCF CD		
16H20	400m Haies TCM Finales directes	Triple Saut TCF	Disque TCM
16H40	100m Haies TCF Finales directes		
17H00	800m TCF Finales directes		
17H15	800m TCM Finales directes		
17H45	100m TCF Séries		
18H00	100m TCM Séries	Marteau TCF	Longueur TCM
18H20	1 500m TCF Finales directes		
18H35	5 000m TCM Finales directes		
19H00	100m TCF Finales A et B		
19H20	100m TCM Finales A et B		
19H40	2 000m Steeple TCF Finales directes		
20H00	3 000m Steeple TCF Finales directes		
20H20	3 000m Steeple TCM Finales directes		
20H40	Relais 4x100m		

# d. Meeting de la ville de Millau

LE 30 MAI 2026 - MILLAU

318975

## 1. ADRESSE

Parc des Sports Gabriel MONTEILLET  
Impasse Jules MERVIEL, 12100 MILLAU

## 2. ENGAGEMENTS

Engagements athlètes, juges et bénévoles : au plus tard le Mercredi 27 Mai 2026 sur le site dédié du CDA12 <http://cda12.athle.fr/asp.net/espaces.engage/engage.aspx>

## 3. HORAIRES

**12h30** : Ouverture du secrétariat et constitution du jury

**1h avant l'épreuve** : Clôture des confirmations à la LOGE 2 du Stade

HORAIRES	COURSES	CONCOURS MASCULINS	CONCOURS FÉMININS
13H30	400m Haies 0,76cm TCF 400m Haies 0,84cm CAM 400m Haies 0,91cm Ju-Ma M	Disque	Marteau
14H00	1 500m TCF		
14H15	1 500m TCM		
14H30	200m TCF		
14H45	200m TCM	Triple Saut	Disque
16H00		Javelot	Triple Saut
16H15	400m TCF		
16H30	400m TCM		
16H45	3 000m TCF		
17H00	5 000m Ju-Ma M		
17H15		Marteau	Javelot

# e. Meeting Balm'Impulse

LE 31 MAI 2026 - BALMA

318983

## 1. ADRESSE

Stade Municipal  
17 avenue des aérostiers, 31130 BALMA

## 2. HORAIRES

- Pas d'inscription possible sur place ;
- Les horaires sont modifiables en fonction de la participation et du déroulement effectif des épreuves.

**Clôture des inscriptions Mardi 26 Mai à 20h.**

**11h30** : Rendez-vous Jury (le café sera offert ainsi que le déjeuner à midi)

**45min avant l'épreuve** : Confirmation de participation

HORAIRES	SAUTOIR 1	SAUTOIR 2	HAUTEUR	PERCHE
13H00	Longueur Mixte - Concours B	Triple Saut - Concours B	TCF	
15H30	Triple H : Concours A	Triple F : Concours A		TCF
16H45	Longueur H : Concours A			
17H00		Longueur F : Concours A		

Les concours B se feront sur 4 essais

Les Concours A sont composés des **10 meilleurs performances d'engagement du meeting.**

Suite à une décision de la mairie, il est interdit de marcher ou courir sur les terrains en herbes dans le complexe.

Pour plus d'informations : <https://www.cabalma-athle.com/>

# F. Meeting de l'ACNM

LE 03 JUIN 2026 - NARBONNE

318993

## 1. ADRESSE

Parc des Sports et de l'Amitié  
4 Avenue Pierre de Coubertin, 11100 NARBONNE

## 2. HORAIRES

**16h30** : Ouverture du secrétariat

**17h30** : Formation du Jury

**30 minutes avant l'épreuve** : Fin des confirmations

HORAIRES	COURSES	CONCOURS MASCULINS	CONCOURS FÉMININS
17h30	1000m BeM, BeF, MiM, MiF		
18H00	800m TCF	Longueur	
18h15	800m TCM		
18H45	110m Haies		
19H00	100m TCF Séries	Javelot	Javelot
19H15	100m TCM Séries		
19H30	400m TCF	Hauteur	Hauteur / Longueur
19H45	400m TCM		
20H00	100m TCF Finales		
20H15	100m TCM Finales		
20H30	MILE (1609,344m) TCF		
20H45	MILE (1609,344m) TCM		

# g. Meeting du CDA65

LE 05 JUIN 2026 - TARBES

318994

## 1. ADRESSE

Stade Maurice Trelut,  
Avenue Pierre de Coubertin, 65000 Tarbes.

## 2. HORAIRES

**17h30** : Ouverture du secrétariat

**45 minutes avant l'épreuve** : Fin des confirmations

Inscription des athètes et du jury sur le site d'engagement du CDA65 avant le **lundi 1er juin à minuit**.

HORAIRES	COURSES	CONCOURS MASCULINS	CONCOURS FÉMININS
19H00	110m Haies (106/99/91)		
19H15	100m Haies (84/76)	Triple Saut	Hauteur
19H30	8-2-2-8 / Mi*	Perche	Perche et Javelot
20H00	100m M		
20H15	100M F		
20H30	Mile TCM*	Hauteur	Triple Saut
20H45	Mile TCF*	Javelot	
21H00	400m M		
<b>fin des confirmations de relais</b>			
21H10	400m F		
21H20	3000m Marche F 5000m Marche M		
21H50	4x100m M / F		

# h. Meeting de Pamiers

LE 06 JUIN 2026 - PAMIERS

318996

## 1. ADRESSE

Stade Balussou,  
16 Impasse de l'Horte, 09100 Pamiers

## 2. HORAIRES

**14H00** : Confirmation des inscriptions

HORAIRES	100m	200m	800m	3 000m	Perche	Longueur	Poids	Javelot
14H30	TCM					TCM	TCM	
14H45	TCF							
15H15			TCM		TCF		TCF	
15H30			TCF					
16H00				TCM				
16H15				TCF	TCM			
16H30								TCM
16H45		TCM						
17H15		TCF				TCF		TCF

# i. Meeting Gilles GARCIA

LE 06 JUIN 2026 - MONTPELLIER

318998

## 1. ADRESSE

Stade Philippides  
542 Rue Auguste Broussonnet, 34090 Montpellier

## 2. HORAIRES

**12H00** : Convocation du jury  
**12H30** : Repas et briefing jury  
**13H00** : Ouverture du secrétariat

Inscription en ligne - par l'athlète ou son coach via [Athlé Live](#)

HORAIRES	COURSES	CONCOURS MASCULINS	CONCOURS FÉMININS
14H30	400m Haies TCM	Poids	Triple Saut (B) Planche à 7m et 9m
14H45	400m Haies TCF	Marteau	Marteau
15H00	400m TCF (série)	Hauteur	
15H20	400m TCM (série)		
15H40	200m TCM (série)		Poids
16H25	200m TCF	Triple Saut (B) Planche à 9m et 11m	
17H10	100m Haies TCF (série)		Perche 1ere barre 2.20m
17H25	110m Haies TCM (série)	Disque	Disque
17H45	200m Haies (Finale A et B)		
17H50	200m TCF (Finale A et B)		
18H00	400m TCF (Finale)		
18H05	400m TCM (Finale)		
18H10	1 500m TCM	Triple Saut (A) Planche à 13m	Triple Saut (A) Planche à 11m
18H25	1 500m TCF		
18H40	110m Haies TCM (Finale)	Triple Saut (B) Planche à 9m et 11m	
18H45	100m Haies TCF (Finale)		
18H50	1 000m BeF MiF		
19H00	1000m BeMMiM		
19H10	8x300m TCM (Survivant)		
19H00	8x300m TCF (Survivant)		

# j. Meeting Daniel PREVOST UA031

LE 10 JUIN 2026 - TOULOUSE

318999

## 1. ADRESSE

Stade Serge LEVY,  
Allées des Foulques, 31200 Toulouse

## 2. HORAIRES

**17h30** : Ouverture du secrétariat

**45 min avant l'épreuve pour les concours** : Fin des confirmations

**1h avant la course** : Fin des confirmations

**AUCUNE INSCRIPTION SUR PLACE**

HORAIRES	COURSES	CONCOURS FÉMININS	CONCOURS MASCULINS
19H00	Relais 4x100m TCM	<b>Longueur et Marteau</b>	
19H10	Relais 4x100m TCF		
19H20	<b>400m Haies JUM ESM SEM</b>		
19H30	<b>40m Haies CAM</b>		
19H40	<b>400m Haies TCF</b>		
19H50	<b>100m TCM</b>		
20H20	<b>100m TCF</b>		<b>Longueur et Marteau</b>
20H50	<b>800m TCM</b>		
21H10	<b>800m TCF</b>		
21H25	<b>100m TCM 3 Finales</b>		
21H35	<b>100m TCF 3 Finales</b>		

En gras, les épreuves faisant parties du Circuit Régional des Meetings.

Les clubs co-organisateurs du meeting, espèrent le renfort de juges des clubs selon le barème :

- 6 à 9 athlètes / 1 juge
- plus de 10 athlètes : 2 juges.

# k. Meeting de l'Union

LE 17 JUIN 2026 - L'UNION

319000

## 1. ADRESSE

Maison des Sports - Stade Georges Beyney  
Rue du Puy de Sancy, 31240 L'Union.

## 2. HORAIRES

**MANQUE LES HORAIRES**

# I. Meeting de Muret

LE 19 JUIN 2026 - MURET

319002

## 1. ADRESSE

Stade Colette BESSON  
Avenue Henri Peyrusse, 31600 Muret

## 2. HORAIRES

**18h00** : Ouverture du secrétariat

**30 minutes avant l'épreuve** : Confirmation de participation obligatoire

L'horaire DEFINITIF sera établi et diffusé après la clôture des engagements soit le 17/06/2026

HORAIRES	COURSES	CONCOURS FÉMININS	CONCOURS MASCULINS
19H00	400m TCF puis TCM	Longueur	Hauteur
19H30	800m TCM A puis B, C, D		
20H00	1 500m TCF	Hauteur	Javelot
20H20	100m TCF puis TCM		
21H00	1 500m TCM		
21H40	4x100m TCF puis TCM		

- Les concours sont réservés aux catégories CJESM .
- Composition des courses de 800 m : A et B avec un maximum de 12 participants, les suivantes à la discrétion du JA et du directeur de compétition.

# m. Meeting de Moissac

LE 19 JUIN 2026 - MOISSAC

319001

## 1. ADRESSE

Stade Jo CARABIGNAC  
Avenue du Sarlac, 82200 MOISSAC

## 2. HORAIRES

**18H00:** Ouverture du secrétariat et constitution du jury

**18H30 :** Mise en place du jury

**40 minutes avant les épreuves :** Clôture des confirmations

HORAIRES	COURSES	CONCOURS MASCULINS	CONCOURS FÉMININS
19H00	2 000m Steeple CaF / JuF	Marteau TCM	Poids TCF
19H15	3 000m Steeple 76cm		
19H30	2 000m Steeple CaM 84cm		
19H45	3 000m Steeple JuM / TCM 91cm		
20H20	800m TCF		
20H30	800m TCM	Poids TCM	Marteau TCF
20H45	1 500m TCF		
21H00	1 500m TCM		
21H15	5 000m TCF		
21H45	5 000m TCM		

# n. Meeting de la ville d'Alès

LE 20 JUIN 2026 - ALES

319004

## 1. ADRESSE

Stade Raphael PUJAZON  
744 rue André DUBOIS, 30100 Alès

## 2. HORAIRES

**18H00:** Ouverture du secrétariat et constitution du jury

**18H30 :** Mise en place du jury

**40 minutes avant les épreuves :** Clôture des confirmations

HORAIRES	COURSES	SAUTS	LANCERS
18H00		Longueur mixte	
18H30			Poids TCM
18H45	100m TCF		
19H15	100m TCM		
19H30		Longueur (10 max.)	
19H55	100m TCF - finale B		
20H00	100m TCF - Finale A		
20H05	100m TCM - finale B		
20H10	100m TCM - finale A		
20H20	800m TCF		
20H30			Disque TCM
20H40	800m TCM		
21H00		Longueur TCM (10 max.)	
21H15	200m TCF		
21H35	200m TCM		
21H55	3000m TCF		
22H15	5 000m TCM		

# 0. Meeting Daniel PREVOST

LE 20 JUIN 2026 - BLAGNAC

319003

## 1. ADRESSE

Complexe Andormède,  
Chemin du Ferradou, 31700 Blagnac.

## 2. HORAIRES

**17H00:** Ouverture du secrétariat

**45 minutes avant l'épreuve :** Fin des confirmations

Engagement sur le site de la LAO jusqu'au **mercredi 17 juin 2026, à 23h59.**

HORAIRES	COURSES MASCULINES	COURSES FÉMININES	CONCOURS MASCULINS	CONCOURS FÉMININS
17H00		100m Haies (76)*		Marteau
17H10		100m Haies (84)*		Triple Saut
17H30	110m Haies (91)*		Javelot	
17H40	110m Haies (99)*			
17H50	110m Haies (106)*			Hauteur
18H00		400m*	Disque	
18H20	400m*		Triple Saut	
18H45		100m*		Javelot
19H25	100m*			
19H30			Hauteur	
19H45				Longueur**
19H50	3000m		Marteau	
20H10		3000m		
20H35		4x100m		
20H40	4x100m			

Épreuve avec \* : finales directes par niveau, les meilleurs courant en premier

Épreuve avec \*\* : 3 essais + 3 essais pour les 8 meilleurs

Hauteur : 1ere barre F 1m30 / 1ere barre M 1m60

# p. Meeting de l'AC AUCH

LE 03 JUILLET 2026 - AUCH

319005

## 1. ADRESSE

Stade Jacques FOUROUX  
Avenue des Pyrénées, Auch

## 2. HORAIRES

**18H00:** Ouverture du secrétariat et mise en place du jury

**30 minutes avant les épreuves :** Clôture des confirmations

HORAIRES	COURSES	CONCOURS MASCULINS	CONCOURS FÉMININS
19h15	400m Haies 0.91cm / 0.84 cm / 0.76cm		Hauteur
19H30	300m Haies Master H/F avec obstacles à 0.76cm/0.68cm	Disque Longueur	Javelot
19H40	400m TCF / TCM		
20H00	800m TCF / TCM		
20h30	50m BeF / BeM 80m MiF / MiM	Javelot	Longueur Disque
20H50	1 000ml BeF MiF / BeM MiM		
21H00	200m TCF / TCM		
21H30	5 000m TCF / TCM		

- Courses de niveau (400 haies 200 400 800) avec course A en premier
- En fonction du nombre de concurrents, les concours de longueur pourront être regroupés et/ou dédoublés avec utilisation des sautoirs A et B.

# q. Meeting de MONTAUBAN

LE 04 JUILLET 2026 - MONTAUBAN

319006

## 1. ADRESSE

Stage Georges POMPIDOU  
Boulevard Edouard Herriot, 82 000 Montauban

## 2. HORAIRES

**18H00** : Ouverture du secrétariat

**40 minutes avant l'épreuve** : Confirmations

HORAIRES	COURSES	CONCOURS MASCULINS	CONCOURS FÉMININS
19H15	100m TCF	Javelot	Hauteur
19H35	100m TCM		
19H55	1500m TCF		
20H15	1500m TCM		
20H45	100m Finales TCM TCF		
21H05	400m TCM	Longueur et Perche	
21H15	400m TCF	Disque	Poids
21H40	200m TCM		
22H00	200m TCF		
22H30	800m TCF		

# r. Meeting de RODEZ

LE 04 JUILLET 2026 - RODEZ

319008

## 1. ADRESSE

Parc de Vabre,  
Route de MARCILLAC, RODEZ

## 2. HORAIRES

**13H00** : Ouverture du secrétariat

**14H15** : Mise en place du jury

HORAIRES	COURSES	LONGUEUR	JAVELOT	DISQUE
14H15	400m Haies TCM			
14H30	400m Haies TCF			
15H00	100m séries TCM	TCM	TCF	TCM
15H30	100m séries TCF			
16H00	1500m TCF	TCF	TCM	TCF
16H15	1500m TCM			
16H30	100m finale TCM			
16H45	100m finales TCF			

Engagement avant le **2 juillet** sur le site de la LAO ou par mail à [alain.cabaniols@orange.fr](mailto:alain.cabaniols@orange.fr)

### Jury

Chaque club extérieur doit fournir au minimum :

- moins de 5 athlètes : 1 juge
- de 5 à 10 athlètes : 2 juges
- plus de 10 athlètes : 3 juges

# Meeting de TOURNEFEUILLE

LE 10 JUILLET 2026 - TOURNEFEUILLE

319008

## 1. ADRESSE

Stade des Quéfets,  
5 boulevards Alain Savary, TOURNEFEUILLE

## 2. HORAIRES

**15 min avant le début des concours** : Clôture des confirmations

**130 min avant le début des courses** : Clôture des confirmations

HORAIRES	COURSES	CONCOURS FEMININS	CONCOURS MASCULINS
17H30		Perche	
18H00		Hauteur : 1.20m	Longueur
19H00	300m TCF	Triple	
19H30	300m TCM	Perche 2	
20H00		Longueur	Hauteur : 1.45m
20H30	1 500m TCF		
21H00	1 500m TCM		

- Hauteur F: 120-130-135-140-144-148-152-155-158-160- 2 en 2
- Hauteur M: 145-150-160-165-170-174-178-182-185-188-190- 2 en 2
- Perche 1: 200-230-260-280-300-310-320- 10 en 10
- Perche 2: 320-340-360-380-395-410-420- 10 en 10

Inscrire son équipe : [a632coach@gmail.com](mailto:a632coach@gmail.com) (nom/prénom des athlètes + nom de l'équipe)



# VIII. LES RECORDS



[CLIQUEZ ICI POUR ACCEDER AUX RECORDS](#)

