



ROYAL EXCELSIOR SPORTS CLUB BRUSSELS
DIMANCHE 8 MAI 2016 - STADE ROI BAUDOUIIN
Avenue de Marathon - 1020 Bruxelles - resc144.athle@skynet.be

GRAND PRIX MINGELS - Programme matin

Epreuves filles

BEN : 60 . 600 . Poids
PUP : 60 . 1000 . 60H . Long
MIN : 150 . 1000 . 60H . Long

Epreuves garçons

BEN : 60 . 600 . Balle
PUP : 60 . 1000 . 60H . Balle
MIN : 150 . 1000 . 80H . Haut

Médailles pour les 3 premiers de chaque épreuve.

GRAND PRIX MINGELS - Brussels Speed Contest

Concours de vitesse sur 50 m pour de jeunes non affiliés (sur invitation).

Trophée pour la première fille et le premier garçon.

GRAND PRIX MINGELS - Programme après-midi

Epreuves TC femmes

100 . 200 . 400 . 800 . 100H . Haut . Triple . Perche . Poids .
Jav

Epreuves TC hommes

100 . 200 . 400 . 800 . 3000 . 110H . Haut . Triple . Perch .
Poids . Jav + 110H Jun

Prize money pour toutes les épreuves (sous condition).

Préinscriptions sur notre site www.resc.be

Préinscriptions souhaitées avant le 4 mai 2016.

P.a.f. : préinscription : 1 € / épreuve.

P.a.f. : inscription le jour même : 5 € / épreuve.

Veillez confirmer votre participation, au secrétariat, au plus tard 45 minutes avant le début de votre épreuve.

Dossard 2016 et maillot de club obligatoires.

Avec la collaboration du Brussels Athletics et de la Ligue Handisport Francophone.





ROYAL EXCELSIOR SPORTS CLUB BRUSSELS
DIMANCHE 8 MAI 2016 - STADE ROI BAUDOUIIN
Avenue de Marathon - 1020 Bruxelles - resc144.athle@skynet.be

GRAND PRIX MINGELS - Horaire matinée

10:00	60 haies	Pup F	76 cm
10:10	60 haies	Pup G	76 cm
10:20	60 haies	Min F	76 cm
10:35	80 haies	Min G	84 cm
10:50	110 haies	Jun H déca	100 cm
11:00	110 haies	Sen H déca	106 cm
11:15	60 m	Ben F	
11:25	60 m	Ben G	
11:35	60 m	Pup F	
11:45	60 m	Pup G	
12:00	150 m	Min F	
12:10	150 m	Min G	
12:20	600 m / 1000 m BPM		

10:00	Balle	BEN G	
	Poids	BEN F	1 kg
10:35	Longueur	MIN F	
10:40	Hauteur	Min G	1m
10:45	Balle	PUP G	
11:00	Perche	TC F+H	2m50
11:45	Longueur	PUP F	
	Disque déca	Jun H	1,75 kg
	Disque déca	Sen H	2 kg

Brussels Speed Contest

GRAND PRIX MINGELS - Horaire après-midi

14:30	100 m	TC F	
14:50	100 m	TC H	
15:15	3000 m	TC H	
15:35	800 m	TC F	
15:45	800 m	TC H	
16:15	110H	TC H	106 cm
16:25	110H	Jun H	100 cm
16:35	100H	TC F	84 cm
16:50	200 m	TC F	
17:10	200 m	TC H	
17:30	400 m	TC F	
17:45	400 m	TC H	
18:00	1500 m déca	Jun+Sen H	

13:30	Perche déca	Jun+Sen H	3m + 10 cm
	Javelot	TC F	600 gr
14:30	Triple	TC H	11/13 m
	Hauteur	TC F	1m25
	Poids	TC H	7,25 kg
15:00	Javelot	TC H	800 gr
16:00	Triple	TC F	9/11m
	Hauteur	TC H	1m50
	Poids	TC F	4 kg
	Perche	TC F+H	3m50
16:15	Javelot déca	Jun+Sen H	800 gr

Avec la collaboration du Brussels Athletcis et de la Ligue Handisport Francophone.

