

Livret sportif

Athlétisme

CHALLENGE
CENTRALE LYON

21 & 22 Mars 2026



Informations générales

Lieu

Stade de Gerland, Plaine des jeux, 405 Av. Jean Jaurès, 69007 Lyon

VP Tournois

Les VP Tournois sont les bénévoles qui gèrent le tournoi durant le week-end. Tu peux leur poser des questions et leur demander des informations, tu les reconnaîtras grâce à leur T-shirt bénévole.

Contacts bénévole:

Mael DELAHAYE **07 86 50 87 36**

Vincent DANIEL **07 66 56 16 63**

Simon ZABIOLLE **06 67 82 36 34**

Contact responsable:

Hector Frezal **07 66 17 98 45**

Règlement du tournoi

Horaires du tournoi

Le départ depuis le campus en navette pour rejoindre les infrastructures où se déroulera la compétition se fera avec les bus et aux horaires suivant :

- 8h pour tout le monde. (arrive un peu en avance)

L'arrivée des athlètes est prévue pour 8H15. Dès leur arrivée les athlètes devront se présenter aux VP tournois pour un rappel rapide des règles.

Epreuve	Echauffement **	Début de l'épreuve*	Fin de l'épreuve*
100 m	8H30	9H10	9H30
Saut en longueur	9H40	10H	10H40
Lancer de poid	10H55	11H15	11H45
Pause déjeuner			
1500m	14H	14H40	15H

Le retour sur Centrale se fera à partir de 16h

*Susceptible de modifications en fonction de l'avancée des épreuves et du nombre de participants.

**Début échauffement dès la fin de l'épreuve précédente, à ne pas négliger pour éviter les blessures

Déroulement du tournoi

Les courses se déroulent sur une piste de 250m et une ligne droite de 100m, à Gerland.

Le saut en longueur se fera au sautoir au milieu de la piste.

Enfin le lancer de poids se fera à partir de la zone de lancer prévue à cet effet, sur la pelouse métrée.

Pour que la compétition se déroule dans de bonnes conditions, les athlètes au repos sur une épreuve devront se mettre à la disposition des VPs Tournoi pour les aider (mesure, chronométrage, poids, installation/rangement des haies, recensement des arrivées du 1500m, ...).

Epreuves

→ Faux départ

Les départs se feront dans des starting-blocks (non obligatoire) pour l'épreuve de 100m, et debout pour le 1500m. En cas de faux-départ, les coureur·se·s sont informé·e·s par 3 coups de sifflet, puis un deuxième départ est réalisé en autorisant l'athlète fautif·ve à y participer. Cependant, en cas de nouveau faux-départ du même athlète sur la même épreuve, celui·le·ci sera disqualifié·e. Un maximum de 3 faux-départs par course est autorisé. Si un athlète fait 2 faux départs et qu'un deuxième athlète fait 1 faux départ, le nombre de faux-départs est épuisé et le prochain athlète qui fait un faux-départ (même si c'est son premier) est éliminé.

→ Blessures

En cas de blessure d'un·e athlète, les autres membres de son équipe pourront le·a remplacer dans les épreuves auxquelles il ou elle ne pourrait pas participer, seulement s'ils ne concourent pas déjà dans ladite épreuve.

→ POUR TOUTES LES ÉPREUVES (sauf relais)

Chaque performance est convertie en **points** (de 0 à 1400) selon le barème IAAF (barème individuel H/F). L'école marque **100% des points de son meilleur athlète + 50% des points de son 2^e meilleur athlète sur chaque épreuves 25% des points de son 3^e meilleur.**

→ 100m

- Séries de 3 à 6 selon le nombre de chronos et de chronométreurs (2 chronométreurs par couloir)
- Départ en starting-block ou debout (libre choix des participants)

→ Saut en longueur

- 3 essais par athlète et on garde le meilleur essai.
- Le saut est mesuré à partir de la planche. Si l'athlète dépasse la planche lors de son impulsion l'essai n'est pas comptabilisé.
- Ratisser pour avoir un sable plat après chaque essai.
- Chaque athlète a un saut d'échauffement et peut prendre prendre des marques

→ Lancer de poids

- Poids de 6 kg pour les hommes et de 4 kg pour les femmes
- 3 essais par athlète et on garde le meilleur jet
- L'athlète doit respecter les limites de l'aire de lancer au risque de voir son lancer non comptabilisé.
- Chaque a un lancé d'échauffement.

→ 1500m

- Départ groupé (un seul départ sauf s'il y a vraiment trop de monde)
- Pas d'obligation de rester dans son couloir
- Pas de starting-block
- Un chronométreur par athlète



Classement

Classement général : **aux points**

- Les points de chaque épreuve sont calculés grâce au système de points de l'IAAF. Possibilité de faire un classement générale mixte grâce à l'adaptation du barème au sexe.
- Les points s'accumulent des 3 meilleures épreuves s'additionne.

Autres consignes

- La récupération des packs-foods par le capitaine et leur consommation s'effectuent durant le temps libre des équipes.
- Nous vous demandons donc de bien vouloir respecter les installations sportives et leur environnement, et d'utiliser les poubelles mises à votre disposition.
- Nous vous rappelons que l'**alcool est strictement interdit** sur les sites sportifs.

Informations

Pour toute question relative au déroulement des journées de sport, merci de t'adresser en priorité à un VP Tournois présent sur ton site sportif. Il sera reconnaissable par son T-shirt orange « Bénévole ».

Douches

Des douches sont à votre disposition dans le gymnase. **ATTENTION : Il faut impérativement que vous preniez votre douche sur votre lieu de sport, avant de prendre la navette. Une fois revenu sur le campus de Centrale, vous n'aurez plus la possibilité de vous doucher.**

Pour les filles logées en résidence, vous avez aussi une douche à disposition dans votre chambre.

Navettes

Le départ depuis le campus en navette pour rejoindre les infrastructures où se déroulera la compétition se fera avec les bus (partagés avec les joueurs de foot) et aux horaires suivant :

- 7h50

Le retour sur le campus se fera avec les bus et aux horaires suivant :

- 16h premier départ
- 17h deuxième départ

- 18h dernier départ

Nous demandons aux athlètes ne prenant pas les navettes mises à disposition de s'organiser afin d'arriver 15 minutes avant le début du programme (à 8h55 au plus tard).

Repas

Le samedi midi, un pack-food te sera distribué. Tu devras aller le chercher auprès des VP Tournois présents sur ton site. **Merci de bien trier les déchets sur ton site une fois ton repas terminé.**

Nous faisons de notre mieux pour vous les livrer au plus tôt, merci de rester patient et courtois avec les VP Tournois.

Le soir, tu pourras accéder au Restaurant Universitaire de Centrale si tu es en **Full Package**. Il sera ouvert aux horaires suivants le samedi : 18h15 - 22h
Pour éviter une attente trop importante, essaie d'arriver au RU le plus tôt possible !

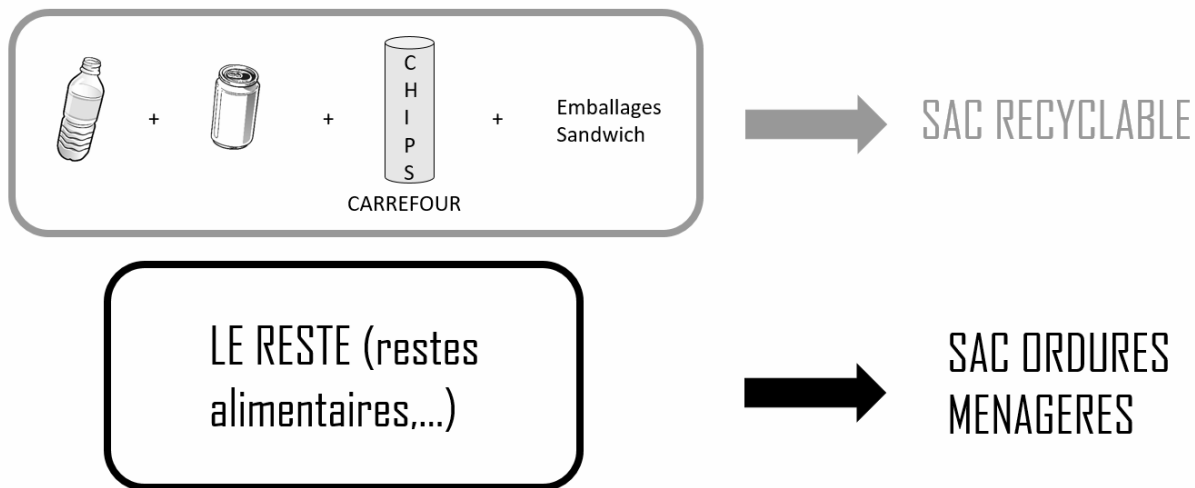
Pour les **Full package** toujours, ton petit déjeuner du samedi matin te sera donné à la chaîne d'arrivée le vendredi soir. Le dimanche, le repas sera un brunch distribué au chapiteau entre 10h et 13h.

Tri des packs food

Le Challenge se veut être un événement éco-responsable et veille à son impact sur l'environnement, pour cela nous te demandons de veiller au **tri de ton pack food**. Des sacs poubelles pour les ordures ménagères et pour le recyclage seront mis à disposition sur ton lieu sportif.

Pour faire simple, voici **les instructions** concernant le tri spécifique des aliments présents dans les packs food :

! Tri Sélectif Pack Food !



Pense également à prendre ta **gourde**, l'utilisation de bouteilles plastiques est interdite durant le Challenge.

En cas d'urgence

- Pour toute information sur le déroulement du tournoi, les navettes, les packs-food, tu peux aller voir ton capitaine ou un VP Tournois présent sur ton lieu de sport.
- Les VP tournois présents et en charge du tournoi d'athlétisme sont :
 - Mael DELAHAYE **07 86 50 87 36**
 - Simon ZABIOLLE **06 67 82 36 34**
 - Vincent DANIEL **07 66 56 16 63**
- Pour toute autre information d'ordre pratique, rends-toi au Point Info du campus dans le hall devant le foyer comme indiqué sur le plan du campus. Pour une urgence tu peux appeler le numéro du point info :
 - VP Sport référent : **FREZAL Hector 07 66 17 98 48**
 - VP Sécu : **GRILLE Sixtine 06 73 66 55 86**
 - Prez : **PRANDI Zoé 06 77 39 52 88**
 - SG : **FOLLACO Giulio 06 01 75 22 01.**