

ATHLETISME



UNSSFM
UNION NATIONALE DU SPORT
SCOLAIRE FRANCAIS AU MAROC

Fiche sport

Mis à jour le : 05 janvier
2015

Sommaire et Introduction

La fiche sport Athlétisme a pour objectif des précisions dans trois domaines :

- le format des compétitions dans l'activité,
- Le règlement « commun » aux épreuves individuelles et multiples.
- le règlement fédéral UNSSFM propre à l'activité,
- le programme jeune officiel lié à l'activité.
- Table de cotation épreuves multiples.

La fiche sport donne un cadre précis mais elle offre par ailleurs des pistes de développement. Valable sur l'année scolaire 2014 - 2015, elle pourra être mise à jour au cours de cette période par la commission technique nationale UNSSFM (CTN UNSSFM) composée de 3 personnes, en majorité enseignants d'EPS, spécialistes de l'activité et l'enseignant référent formation jeune officiel de l'activité concernée.

COMPETITION

Calendrier

En ce qui concerne le calendrier UNSSFM de l'activité. Il est disponible sur le site www.unssfm.org/calendrier

Catégorie d'âge 2014/2015

Benjamin	né(e)s en 2004/2003/2002
Minime	né(e)s en 2001/2000
Cadet	né(e)s en 1999/1998
Junior	né(e)s en 1997/1996

Activités et nombre de participants autorisés par épreuve :

	EPREUVES	NBRE	Minimas		EPREUVES	NBRE	Minimas
BENJAMINES	60 m	4	10''2	CADETTES	80 m	4	12''3
	1000 m	4	4'15		1000 m	4	4'
	Hauteur	2	1m05		Hauteur	2	1m15
	Longueur	2	3m		Longueur	2	3m50
	Poids (2kgs)	2	7m		Poids (3kgs)	2	7m
	Relais (4x60m)	1 équipe			Relais (4x80m)	1 équipe	
					Epreuves multiples	2	1200 pts
BENJAMINS	60 m	4	9''30	CADETS	80 m	4	10''50
	1000 m	4	3'50		1500 m	4	5'15
	Hauteur	2	1m15		Hauteur	2	1m45
	Longueur	2	3,80m		Longueur	2	4m60
	Poids (3kgs)	2	7m		Poids (4kgs)	2	9m
	Relais (4x60m)	1 équipe			Relais (4x80m)	1éq	
					Epreuves multiples	2	1800 pts
MINIME F.	60 m	4	9'6	JUNIOR F.	80 m	4	12''20
	1000 m	4	4'10		1000 m	4	4'
	Hauteur	2	1m10		Hauteur	2	1m15
	Longueur	2	3m20		Longueur	2	3m60
	Poids (3Kgs)	2	7m		Poids (4Kgs)	2	7m
	Relais (4x60m)	1 équipe			Relais (4x80m)	1 équipe	
	Epreuves multiples	2	1100 pts		Epreuves multiples	2	1200 pts
MINIME G.	60 m	4	8''60	JUNIOR G.	100 m	4	12''50
	1000 m	4	3'25		1500 m	4	5'15
	Hauteur	2	1m30		Hauteur	2	1m45
	Longueur	2	4m		Longueur	2	4m80
	Poids (4Kgs)	2	7m		Poids (5Kgs)	2	9m
	Relais (4x60m)	1 équipe			Relais (4x80m)	1 équipe	
	Epreuves multiples	2	1500 pts		Epreuves multiples	2	1800 pts

REGLEMENT

Aucun surclassement n'est autorisé sauf pour le relais (CF et JF)
Un même élève peut participer à une course et à un concours.

- les concours

LONGUEUR et POIDS: 3 essais pour tous les sauteurs dans chaque catégorie et 3 essais supplémentaires pour les 8 meilleurs BM, 6 meilleurs CJ.

HAUTEUR : 9 essais pour tous les sauteurs dans chaque catégorie, et élimination pour 3 essais nuls consécutifs. No limit pour les finalistes : nombre illimité d'essais mais toujours élimination pour 3 essais nuls à une même hauteur.

- Les courses

Possibilité de rajouter une équipe de relais en plus pour les AS athlétisme + 2 places supplémentaires aux courses et concours.

- Les épreuves multiples

Celui-ci est réservé aux catégories suivantes: **MF-MG-CF-CG-JF-JG**.
Chaque « triathlète » participe à **trois épreuves**:

* une course de vitesse 60m (MG MF) ,80m (CF CG JF) ,100m (JG)

* un saut (hauteur- longueur) ou le lancer du poids

*une course longue (1000m (MG MF CF JF) ,1500m (CG JF).

Les « triathlètes » peuvent participer au relais ET peuvent rentrer dans le classement individuel en ½ fond et dans un concours.

Ordre des épreuves : sprint- concours - ½ fond

Les minimas sont obligatoires :

MF : 1100 points

CF : 1200 points

JF : 1200 points

MG : 1500 points

CG : 1800points

JG : 1800 points

CLASSEMENT

Individuel par catégorie et par épreuve

JEUNES OFFICIEL

Chaque établissement doit fournir deux jeunes officiels. Ils sont sous la responsabilité des enseignants. Chaque jeune officiel peut tenir son rôle quelque soit sa catégorie. Il doit être compétent sur l'ensemble des épreuves.

QUELQUES REGLES FONDAMENTALES

COMMENT JUGER :

Les arrivées

- Le Jeune Officiel (J.O.) doit se placer sur un côté de la piste, en hauteur (échelle) dans le prolongement de la ligne d'arrivée : seul le buste de l'athlète compte pour juger l'athlète.
- Le chef juge répartit les tâches de son jury, il prend le 1er arrivant. Le premier juge prend la 1ère et la 2ème place, le deuxième officiel juge la 2ème et la 3ème place, et ainsi de suite jusqu'au dernier arrivant. Chaque place, à l'arrivée, étant jugée par deux officiels.
- Le J.O. doit être impartial et rester concentré sur sa tâche (ne pas discuter avec les autres juges, ni se laisser divertir et influencer par les athlètes, les entraîneurs).

Les courses

- Le JO commissaire de courses se place selon la course jugée : de chaque côté des haies, en ligne droite et dans les virages pour signaler toute faute au juge arbitre (franchissement incorrect des haies, course dans le couloir intérieur en virage, gêne et bousculade)

Les relais

- Les juges se placent aux entrées et sorties des zones de passage.
- Le J.O. doit regarder le témoin : Il juge la position du témoin dans la zone de transmission. Il y a faute quand le témoin est donné hors de la zone de transmission et lorsque le receveur se met en mouvement avant la zone d'élan.

Les lancers

- Il faut assurer la sécurité des concurrents, des juges et des spectateurs (attendre derrière la cage ou le cercle de lancer, s'écarter de la zone de chute ...).
- Il y a faute quand :
 - l'athlète touche le haut du cercle, du butoir ou le sol à l'extérieur.
 - le concurrent quitte le cercle en avant de la ligne passant par le centre.
 - l'engin tombe sur et à l'extérieur des lignes du secteur.
 - il y a une mauvaise tenue de l'engin pendant l'essai
 - le concurrent dépasse le temps imparti pour effectuer son essai (1 minute).
 - le concurrent quitte le cercle ou la zone d'élan avant que l'engin n'ait touché le sol.

Les sauts

- Dans les sauts verticaux, le concurrent est éliminé après 3 échecs consécutifs.
- Il y a faute quand :
 - l'athlète fait tomber la barre de ses supports avec son corps ou sa perche.
 - après avoir sauté en longueur ou au triple saut, l'athlète sort de la zone de chute en arrière par rapport à sa marque dans le sable.
 - l'athlète prend son impulsion au-delà de la ligne d'appel et en dehors des extrémités de la planche.
 - le concurrent dépasse le temps imparti pour effectuer son essai (1 minute en début de compétition).
 - l'athlète touche le sol ou le tapis, au-delà du plan vertical de la barre (symbolisé par la ligne point zéro), avec son corps sans franchir la barre.
 - le concurrent prend l'appel à deux pieds

JUGES : COMPETENCES ATTENDUES

▪ JUGES CONCOURS

* HAUTEUR :

- Appelle les athlètes
- Etablit l'ordre de passage
- Annonce les essais nuls
- Règle la barre à la hauteur voulue
- Replace la barre après l'essai
- Annonce la hauteur franchie

* LONGUEUR :

- Appelle les athlètes
- Etablit l'ordre de passage
- Annonce les essais nuls
- Plante la fiche de marque
- Présente correctement l'appareil de mesure
- Lit la performance
- Maintient la surface de réception horizontale.

* LANCER :

- Appelle les athlètes
- Etablit l'ordre de passage
- Annonce les essais nuls
- Apprécie l'impact
- Plante la fiche à la marque
- Présente correctement l'appareil de mesure.
- Lit la performance

▪ JUGES COURSES

AIDE STARTER :

- Place les athlètes dans les couloirs à l'appel
- Vérifie la position des athlètes en situation de départ « à vos marques.....prêt »
- Lève le drapeau rouge en cas de faux départ

COMMISSAIRE :

- Constata et signale toute infraction : empiètement, changement de couloir

JUGE D'ARRIVEE :

- Se met sous la responsabilité du chef chronométrateur afin de lever le drapeau vert à l'attention du starter.
- Repère l'ordre d'arrivée

ORGANISATION GENERALE MEETING

8h: préparatifs par les organisateurs de la compétition.

9H30 : répartition des rôles pour l'ensemble des enseignants et des jeunes officiels.

LE MATIN:

Commencer à 10h les épreuves suivantes :

- * Sprint B/M (séries sur les 2 pistes + une série triathlète)
- * Concours C/J
- * Demi-fond 1000 M

APRES-MIDI:

Commencer à 13h les épreuves suivantes:

- * Sprint C/J(séries sur les 2 pistes + une série triathlète)
- * Concours B/M
- * Demi-fond 1000 et 1500m
- * Relais 4x60m 4x80m

Tracer les relais.

Mettre en place une liste des profs responsables sur les zones de transmission

Les remises de récompense (podiums) se font au fur et à mesure, tout au long de la journée.

IMPORTANT:

Chaque établissement doit venir avec ses maillots d'établissement. Les dossards des triathlètes et les maillots jeunes officiels seront fournis par L'UNSSFM.

CAS DE DISQUALIFICATION

SPRINT :

- tout coureur qui met le pied dans le couloir adverse
- tout coureur qui fait le 3ème faux départ
- tout coureur qui gêne volontairement son adversaire

DEMI-FOND :

- tout coureur qui met le pied dans le couloir adverse
- tout coureur qui fait le 3ème faux départ
- tout coureur qui gêne volontairement son adversaire

BESOIN HUMAIN POUR LE MEETING : ENSEIGNANTS ET JEUNES OFFICIELS

LONGUEUR 1	LONGUEUR 2	HAUTEUR 1	HAUTEUR 2	POIDS	COURSES
2 PROFS	2 PROFS	1 PROF	1 PROF	1 PROF	16 PROFS
2 ELEVES	2 ELEVES	2 ELEVES	2 ELEVES	2 ELEVES	4 ELEVES

TABLE DE COTATION EPREUVES MULTIPLES

ATHLÉTISME : course 1 (60, 80, 100, 200 ou 400 m)
course 2 (800, 1000 ou 1500 m)

Points	60 m	80 m	100 m	200 m	400 m	Points	800 m	1000 m	1500 m	Points	2000 m B 20	3000 m B 30	5000 m B 50	Points
1100	6" 72	8" 57	10" 52	21" 41	47" 98	1100	1' 52" 2	2' 25" 6	3' 51" 5	1100	5' 19"	8' 22"	14' 25"	1100
1090	6" 75	8" 60	10" 56	21" 51	48" 22	1090	1' 52" 8	2' 26" 4	3' 52" 8	1090	5' 21"	8' 25"	14' 29"	1090
1080	6" 77	8" 63	10" 60	21" 61	48" 48	1080	1' 53" 4	2' 27" 2	3' 54" 1	1080	5' 23"	8' 28"	14' 34"	1080
1070	6" 80	8" 67	10" 65	21" 72	48" 74	1070	1' 54" 0	2' 28" 1	3' 55" 4	1070	5' 24"	8' 31"	14' 40"	1070
1060	6" 82	8" 70	10" 69	21" 83	49" 02	1060	1' 54" 7	2' 29" 0	3' 56" 9	1060	5' 26"	8' 34"	14' 45"	1060
1050	6" 85	8" 74	10" 74	21" 94	49" 32	1050	1' 55" 4	2' 29" 9	3' 58" 4	1050	5' 28"	8' 38"	14' 51"	1050
1040	6" 88	8" 78	10" 79	22" 07	49" 62	1040	1' 56" 2	2' 30" 9	3' 59" 9	1040	5' 31"	8' 41"	14' 57"	1040
1030	6" 91	8" 82	10" 85	22" 19	49" 94	1030	1' 57" 0	2' 31" 9	4' 01" 6	1030	5' 33"	8' 45"	15' 03"	1030
1020	6" 94	8" 87	10" 90	22" 32	50" 27	1020	1' 57" 8	2' 32" 9	4' 03" 2	1020	5' 35"	8' 48"	15' 09"	1020
1010	6" 97	8" 91	10" 96	22" 46	50" 61	1010	1' 58" 6	2' 34" 1	4' 05" 0	1010	5' 38"	8' 52"	15' 16"	1010
1000	7" 01	8" 96	11" 02	22" 60	50" 97	1000	1' 59" 5	2' 35" 2	4' 06" 8	1000	5' 40"	8' 56"	15' 23"	1000
990	7" 04	9" 00	11" 08	22" 75	51" 34	990	2' 00" 4	2' 36" 4	4' 08" 7	990	5' 43"	9' 00"	15' 30"	990
980	7" 08	9" 05	11" 15	22" 90	51" 72	980	2' 01" 4	2' 37" 6	4' 10" 7	980	5' 45"	9' 05"	15' 37"	980
970	7" 12	9" 11	11" 22	23" 06	52" 12	970	2' 02" 3	2' 38" 9	4' 12" 7	970	5' 48"	9' 09"	15' 45"	970
960	7" 16	9" 16	11" 28	23" 22	52" 52	960	2' 03" 4	2' 40" 2	4' 14" 8	960	5' 51"	9' 14"	15' 53"	960
950	7" 20	9" 21	11" 36	23" 39	52" 94	950	2' 04" 4	2' 41" 5	4' 16" 9	950	5' 54"	9' 19"	16' 01"	950
940	7" 24	9" 27	11" 43	23" 57	53" 38	940	2' 05" 5	2' 42" 9	4' 19" 1	940	5' 57"	9' 23"	16' 09"	940
930	7" 28	9" 33	11" 50	23" 74	53" 82	930	2' 06" 6	2' 44" 4	4' 21" 4	930	6' 00"	9' 29"	16' 18"	930
920	7" 33	9" 39	11" 58	23" 93	54" 28	920	2' 07" 7	2' 45" 8	4' 23" 8	920	6' 04"	9' 34"	16' 27"	920
910	7" 37	9" 45	11" 66	24" 12	54" 75	910	2' 08" 8	2' 47" 3	4' 26" 2	910	6' 07"	9' 39"	16' 36"	910
900	7" 42	9" 51	11" 74	24" 31	55" 24	900	2' 10" 0	2' 48" 9	4' 28" 7	900	6' 10"	9' 45"	16' 45"	900
890	7" 47	9" 58	11" 83	24" 51	55" 74	890	2' 11" 3	2' 50" 5	4' 31" 2	890	6' 14"	9' 50"	16' 55"	890
880	7" 51	9" 64	11" 91	24" 71	56" 25	880	2' 12" 5	2' 52" 1	4' 33" 8	880	6' 17"	9' 56"	17' 05"	880
870	7" 56	9" 71	12" 00	24" 92	56" 77	870	2' 13" 8	2' 53" 8	4' 36" 5	870	6' 21"	10' 02"	17' 15"	870
860	7" 62	9" 78	12" 09	25" 13	57" 31	860	2' 15" 1	2' 55" 5	4' 39" 2	860	6' 25"	10' 08"	17' 25"	860
850	7" 67	9" 85	12" 19	25" 35	57" 85	850	2' 16" 5	2' 57" 3	4' 42" 0	850	6' 29"	10' 14"	17' 36"	850
840	7" 72	9" 93	12" 28	25" 58	58" 42	840	2' 17" 9	2' 59" 1	4' 44" 9	840	6' 33"	10' 20"	17' 47"	840
830	7" 78	10" 00	12" 38	25" 81	58" 99	830	2' 19" 3	3' 00" 9	4' 47" 8	830	6' 37"	10' 27"	17' 58"	830
820	7" 83	10" 08	12" 48	26" 04	59" 58	820	2' 20" 7	3' 02" 8	4' 50" 8	820	6' 41"	10' 34"	18' 09"	820
810	7" 89	10" 16	12" 58	26" 28	1' 00" 18	810	2' 22" 2	3' 04" 7	4' 53" 9	810	6' 45"	10' 40"	18' 21"	810
800	7" 95	10" 24	12" 68	26" 52	1' 00" 79	800	2' 23" 7	3' 06" 7	4' 57" 0	800	6' 50"	10' 47"	18' 33"	800
790	8" 01	10" 32	12" 79	26" 77	1' 01" 42	790	2' 25" 3	3' 08" 7	5' 00" 2	790	6' 54"	10' 54"	18' 45"	790
780	8" 07	10" 40	12" 90	27" 03	1' 02" 05	780	2' 26" 8	3' 10" 7	5' 03" 5	780	6' 59"	11' 02"	18' 57"	780
770	8" 13	10" 49	13" 01	27" 29	1' 02" 70	770	2' 28" 4	3' 12" 8	5' 06" 8	770	7' 03"	11' 09"	19' 10"	770
760	8" 20	10" 57	13" 12	27" 55	1' 03" 37	760	2' 30" 1	3' 15" 0	5' 10" 2	760	7' 08"	11' 16"	19' 23"	760
750	8" 26	10" 66	13" 23	27" 82	1' 04" 05	750	2' 31" 7	3' 17" 1	5' 13" 7	750	7' 13"	11' 24"	19' 36"	750
740	8" 33	10" 75	13" 35	28" 10	1' 04" 73	740	2' 33" 4	3' 19" 4	5' 17" 2	740	7' 17"	11' 32"	19' 49"	740
730	8" 39	10" 84	13" 47	28" 38	1' 05" 44	730	2' 35" 2	3' 21" 6	5' 20" 8	730	7' 22"	11' 40"	20' 03"	730
720	8" 46	10" 94	13" 59	28" 67	1' 06" 15	720	2' 36" 9	3' 23" 9	5' 24" 4	720	7' 27"	11' 48"	20' 16"	720
710	8" 53	11" 03	13" 71	28" 96	1' 06" 88	710	2' 38" 7	3' 26" 2	5' 28" 2	710	7' 33"	11' 56"	20' 30"	710
700	8" 60	11" 13	13" 84	29" 25	1' 07" 62	700	2' 40" 6	3' 28" 6	5' 31" 9	700	7' 38"	12' 04"	20' 45"	700
690	8" 67	11" 23	13" 96	29" 55	1' 08" 37	690	2' 42" 4	3' 31" 0	5' 35" 8	690	7' 43"	12' 13"	20' 59"	690
680	8" 75	11" 33	14" 09	29" 86	1' 09" 14	680	2' 44" 3	3' 33" 5	5' 39" 7	680	7' 49"	12' 22"	21' 14"	680
670	8" 82	11" 43	14" 23	30" 17	1' 09" 92	670	2' 46" 2	3' 36" 0	5' 43" 7	670	7' 54"	12' 30"	21' 29"	670
660	8" 90	11" 53	14" 36	30" 49	1' 10" 71	660	2' 48" 2	3' 38" 5	5' 47" 7	660	8' 00"	12' 39"	21' 45"	660
650	8" 98	11" 63	14" 50	30" 81	1' 11" 52	650	2' 50" 2	3' 41" 1	5' 51" 9	650	8' 05"	12' 49"	22' 00"	650
640	9" 05	11" 74	14" 63	31" 13	1' 12" 33	640	2' 52" 2	3' 43" 7	5' 56" 0	640	8' 11"	12' 58"	22' 16"	640
630	9" 13	11" 85	14" 77	31" 46	1' 13" 16	630	2' 54" 2	3' 46" 4	6' 00" 3	630	8' 17"	13' 07"	22' 32"	630
620	9" 21	11" 96	14" 92	31" 80	1' 14" 01	620	2' 56" 3	3' 49" 1	6' 04" 6	620	8' 23"	13' 17"	22' 48"	620
610	9" 30	12" 07	15" 06	32" 14	1' 14" 86	610	2' 58" 4	3' 51" 8	6' 09" 0	610	8' 29"	13' 26"	23' 05"	610
600	9" 38	12" 18	15" 21	32" 49	1' 15" 73	600	3' 00" 5	3' 54" 6	6' 13" 4	600	8' 35"	13' 36"	23' 22"	600
590	9" 46	12" 30	15" 36	32" 84	1' 16" 61	590	3' 02" 7	3' 57" 5	6' 17" 9	590	8' 41"	13' 46"	23' 39"	590
580	9" 55	12" 42	15" 51	33" 20	1' 17" 51	580	3' 04" 9	4' 00" 3	6' 22" 5	580	8' 48"	13' 56"	23' 56"	580
570	9" 64	12" 53	15" 66	33" 56	1' 18" 42	570	3' 07" 2	4' 03" 2	6' 27" 1	570	8' 54"	14' 07"	24' 14"	570
560	9" 72	12" 65	15" 82	33" 93	1' 19" 34	560	3' 09" 4	4' 06" 2	6' 31" 8	560	9' 01"	14' 17"	24' 31"	560

ATHLÉTISME : course 1 (60, 80, 100, 200 ou 400 m)
course 2 (800, 1000 ou 1500 m)

Points	60 m	80 m	100 m	200 m	400 m	Points	800 m	1000 m	1500 m	Points	2000 m B 20	3000 m B 30	5000 m B 50	Points
550	9" 81	12" 78	15" 97	34" 30	1' 20" 27	550	3' 11" 7	4' 09" 2	6' 36" 6	550	9' 07"	14' 27"	24' 50"	550
540	9" 90	12" 90	16" 13	34" 68	1' 21" 22	540	3' 14" 1	4' 12" 2	6' 41" 4	540	9' 14"	14' 38"	25' 08"	540
530	10" 00	13" 02	16" 30	35" 06	1' 22" 17	530	3' 16" 4	4' 15" 3	6' 46" 3	530	9' 21"	14' 49"	25' 26"	530
520	10" 09	13" 15	16" 46	35" 45	1' 23" 15	520	3' 18" 8	4' 18" 4	6' 51" 3	520	9' 28"	15' 00"	25' 45"	520
510	10" 18	13" 28	16" 63	35" 84	1' 24" 13	510	3' 21" 2	4' 21" 6	6' 56" 3	510	9' 35"	15' 11"	26' 04"	510
500	10" 28	13" 41	16" 80	36" 24	1' 25" 13	500	3' 23" 7	4' 24" 8	7' 01" 4	500	9' 42"	15' 22"	26' 23"	500
490	10" 37	13" 54	16" 97	36" 64	1' 26" 14	490	3' 26" 2	4' 28" 0	7' 06" 6	490	9' 49"	15' 34"	26' 43"	490
480	10" 47	13" 67	17" 14	37" 05	1' 27" 16	480	3' 28" 7	4' 31" 3	7' 11" 8	480	9' 56"	15' 45"	27' 03"	480
470	10" 57	13" 81	17" 31	37" 46	1' 28" 19	470	3' 31" 3	4' 34" 6	7' 17" 1	470	10' 03"	15' 57"	27' 23"	470
460	10" 67	13" 95	17" 49	37" 88	1' 29" 24	460	3' 33" 8	4' 38" 0	7' 22" 5	460	10' 11"	16' 09"	27' 43"	460
450	10" 77	14" 08	17" 67	38" 31	1' 30" 30	450	3' 36" 5	4' 41" 4	7' 27" 9	450	10' 18"	16' 21"	28' 04"	450
440	10" 88	14" 22	17" 85	38" 73	1' 31" 38	440	3' 39" 1	4' 44" 8	7' 33" 4	440	10' 26"	16' 33"	28' 24"	440
430	10" 98	14" 37	18" 04	39" 17	1' 32" 46	430	3' 41" 8	4' 48" 3	7' 38" 9	430	10' 33"	16' 45"	28' 45"	430
420	11" 09	14" 51	18" 22	39" 61	1' 33" 56	420	3' 44" 5	4' 51" 8	7' 44" 6	420	10' 41"	16' 58"	29' 07"	420
410	11" 19	14" 65	18" 41	40" 05	1' 34" 67	410	3' 47" 2	4' 55" 4	7' 50" 2	410	10' 49"	17' 10"	29' 28"	410
400	11" 30	14" 80	18" 60	40" 50	1' 35" 80	400	3' 50" 0	4' 59" 0	7' 56" 0	400	10' 57"	17' 23"	29' 50"	400
390	11" 41	14" 95	18" 79	40" 95	1' 36" 94	390	3' 52" 8	5' 02" 6	8' 01" 8	390	11' 05"	17' 36"	30' 12"	390
380	11" 52	15" 10	18" 99	41" 41	1' 38" 09	380	3' 55" 6	5' 06" 3	8' 07" 7	380	11' 13"	17' 49"	30' 34"	380
370	11" 63	15" 25	19" 18	41" 88	1' 39" 25	370	3' 58" 5	5' 10" 1	8' 13" 6	370	11' 21"	18' 02"	30' 57"	370
360	11" 74	15" 40	19" 38	42" 35	1' 40" 43	360	4' 01" 4	5' 13" 8	8' 19" 7	360	11' 30"	18' 15"	31' 20"	360
350	11" 86	15" 56	19" 58	42" 82	1' 41" 62	350	4' 04" 3	5' 17" 7	8' 25" 7	350	11' 38"	18' 29"	31' 43"	350
340	11" 97	15" 71	19" 79	43" 30	1' 42" 82	340	4' 07" 3	5' 21" 5	8' 31" 9	340	11' 47"	18' 42"	32' 06"	340
330	12" 09	15" 87	19" 99	43" 79	1' 44" 03	330	4' 10" 3	5' 25" 4	8' 38" 1	330	11' 55"	18' 56"	32' 29"	330
320	12" 21	16" 03	20" 20	44" 28	1' 45" 26	320	4' 13" 3	5' 29" 3	8' 44" 4	320	12' 04"	19' 10"	32' 53"	320
310	12" 32	16" 19	20" 41	44" 77	1' 46" 50	310	4' 16" 4	5' 33" 3	8' 50" 7	310	12' 13"	19' 24"	33' 17"	310
300	12" 44	16" 36	20" 62	45" 27	1' 47" 75	300	4' 19" 5	5' 37" 3	8' 57" 1	300	12' 21"	19' 38"	33' 41"	300
290	12" 57	16" 52	20" 83	45" 78	1' 49" 02	290	4' 22" 6	5' 41" 4	9' 03" 6	290	12' 30"	19' 52"	34' 06"	290
280	12" 69	16" 69	21" 05	46" 29	1' 50" 30	280	4' 25" 7	5' 45" 5	9' 10" 1	280	12' 39"	20' 07"	34' 31"	280
270	12" 81	16" 86	21" 27	46" 80	1' 51" 59	270	4' 28" 9	5' 49" 7	9' 16" 7	270	12' 49"	20' 21"	34' 56"	270
260	12" 94	17" 03	21" 49	47" 32	1' 52" 90	260	4' 32" 1	5' 53" 8	9' 23" 4	260	12' 58"	20' 36"	35' 21"	260
250	13" 06	17" 20	21" 71	47" 85	1' 54" 21	250	4' 35" 4	5' 58" 1	9' 30" 1	250	13' 07"	20' 51"	35' 46"	250
240	13" 19	17" 37	21" 94	48" 38	1' 55" 54	240	4' 38" 7	6' 02" 3	9' 36" 9	240	13' 17"	21' 06"	36' 12"	240
230	13" 32	17" 55	22" 16	48" 92	1' 56" 89	230	4' 42" 0	6' 06" 6	9' 43" 8	230	13' 26"	21' 21"	36' 38"	230
220	13" 45	17" 73	22" 39	49" 46	1' 58" 24	220	4' 45" 3	6' 11" 0	9' 50" 7	220	13' 36"	21' 37"	37' 04"	220
210	13" 58	17" 90	22" 62	50" 00	1' 59" 61	210	4' 48" 7	6' 15" 4	9' 57" 7	210	13' 45"	21' 52"	37' 31"	210
200	13" 71	18" 08	22" 86	50" 56	2' 00" 99	200	4' 52" 1	6' 19" 8	10' 04" 8	200	13' 55"	22' 08"	37' 57"	200
190	13" 84	18" 27	23" 09	51" 11	2' 02" 38	190	4' 55" 5	6' 24" 3	10' 11" 9	190	14' 05"	22' 23"	38' 24"	190
180	13" 98	18" 45	23" 33	51" 67	2' 03" 79	180	4' 59" 0	6' 28" 8	10' 19" 1	180	14' 15"	22' 39"	38' 52"	180
170	14" 12	18" 63	23" 57	52" 24	2' 05" 21	170	5' 02" 5	6' 33" 3	10' 26" 3	170	14' 25"	22' 55"	39' 19"	170
160	14" 25	18" 82	23" 81	52" 81	2' 06" 64	160	5' 06" 0	6' 37" 9	10' 33" 7	160	14' 35"	23' 12"	39' 47"	160
150	14" 39	19" 01	24" 06	53" 39	2' 08" 09	150	5' 09" 6	6' 42" 6	10' 41" 1	150	14' 45"	23' 28"	40' 15"	150
140	14" 53	19" 20	24" 30	53" 97	2' 09" 55	140	5' 13" 2	6' 47" 3	10' 48" 5	140	14' 55"	23' 44"	40' 43"	140
130	14" 67	19" 39	24" 55	54" 56	2' 11" 02	130	5' 16" 8	6' 52" 0	10' 56" 0	130	15' 06"	24' 01"	41' 11"	130
120	14" 81	19" 58	24" 80	55" 15	2' 12" 50	120	5' 20" 4	6' 56" 7	11' 03" 6	120	15' 16"	24' 18"	41' 40"	120
110	14" 96	19" 78	25" 06	55" 75	2' 14" 00	110	5' 24" 1	7' 01" 5	11' 11" 3	110	15' 27"	24' 35"	42' 09"	110
100	15" 10	19" 98	25" 31	56" 35	2' 15" 51	100	5' 27" 9	7' 06" 4	11' 19" 0	100	15' 38"	24' 52"	42' 38"	100
90	15" 25	20" 17	25" 57	56" 96	2' 17" 03	90	5' 31" 6	7' 11" 3	11' 26" 8	90	15' 48"	25' 09"	43' 08"	90
80	15" 39	20" 37	25" 83	57" 57	2' 18" 56	80	5' 35" 4	7' 16" 2	11' 34" 6	80	15' 59"	25' 26"	43' 37"	80
70	15" 54	20" 58	26" 09	58" 19	2' 20" 11	70	5' 39" 2	7' 21" 1	11' 42" 5	70	16' 10"	25' 44"	44' 07"	70
60	15" 69	20" 78	26" 35	58" 81	2' 21" 67	60	5' 43" 0	7' 26" 1	11' 50" 5	60	16' 21"	26' 02"	44' 38"	60
50	15" 84	20" 98	26" 62	59" 44	2' 23" 25	50	5' 46" 9	7' 31" 2	11' 58" 5	50	16' 32"	26' 19"	45' 08"	50
40	15" 99	21" 19	26" 89	1' 00" 07	2' 24" 83	40	5' 50" 8	7' 36" 3	12' 06" 7	40	16' 44"	26' 37"	45' 39"	40
30	16" 15	21" 40	27" 16	1' 00" 71	2' 26" 43	30	5' 54" 8	7' 41" 4	12' 14" 8	30	16' 55"	26' 55"	46' 10"	30
20	16" 30	21" 61	27" 43	1' 01" 35	2' 28" 04	20	5' 58" 7	7' 46" 6	12' 23" 1	20	17' 06"	27' 14"	46' 41"	20
10	16" 46	21" 82	27" 71	1' 02" 00	2' 29" 67	10	6' 02" 7	7' 51" 8	12' 31" 4	10	17' 18"	27' 32"	47' 12"	10

ATHLÉTISME : saut (hauteur, longueur, perche, triple saut)
lancer (poids, disque, javelot, marteau)

Points	hauteur	longueur	perche	triple saut	Points	poids	disque	javelot	marteau	Points
1100	2,04	7,08	4,82	15,01	1100	14,46	48,09	65,50	54,29	1100
1090	2,03	7,04	4,79	14,92	1090	14,36	47,75	65,04	53,89	1090
1080	2,02	6,99	4,76	14,83	1080	14,25	47,39	64,57	53,48	1080
1070	2,01	6,95	4,72	14,73	1070	14,15	47,01	64,07	53,04	1070
1060	1,99	6,90	4,69	14,63	1060	14,04	46,62	63,56	52,59	1060
1050	1,98	6,86	4,65	14,53	1050	13,92	46,22	63,04	52,13	1050
1040	1,97	6,81	4,61	14,42	1040	13,80	45,81	62,49	51,65	1040
1030	1,96	6,76	4,57	14,31	1030	13,68	45,39	61,94	51,16	1030
1020	1,94	6,71	4,53	14,20	1020	13,56	44,95	61,37	50,66	1020
1010	1,93	6,66	4,49	14,09	1010	13,43	44,51	60,78	50,14	1010
1000	1,91	6,60	4,45	13,97	1000	13,30	44,05	60,18	49,62	1000
990	1,90	6,55	4,41	13,85	990	13,17	43,59	59,57	49,08	990
980	1,88	6,49	4,36	13,73	980	13,03	43,11	58,95	48,53	980
970	1,87	6,44	4,32	13,61	970	12,90	42,63	58,32	47,98	970
960	1,85	6,38	4,27	13,48	960	12,76	42,15	57,68	47,41	960
950	1,84	6,32	4,23	13,35	950	12,61	41,65	57,03	46,84	950
940	1,82	6,26	4,18	13,22	940	12,47	41,15	56,37	46,26	940
930	1,81	6,20	4,13	13,09	930	12,33	40,64	55,70	45,67	930
920	1,79	6,14	4,09	12,96	920	12,18	40,13	55,03	45,08	920
910	1,77	6,08	4,04	12,83	910	12,03	39,61	54,35	44,48	910
900	1,76	6,02	3,99	12,70	900	11,88	39,09	53,67	43,88	900
890	1,74	5,96	3,94	12,56	890	11,73	38,57	52,98	43,27	890
880	1,72	5,90	3,89	12,43	880	11,58	38,04	52,28	42,66	880
870	1,71	5,84	3,84	12,29	870	11,43	37,51	51,59	42,05	870
860	1,69	5,77	3,79	12,15	860	11,28	36,98	50,89	41,43	860
850	1,67	5,71	3,75	12,01	850	11,13	36,45	50,19	40,82	850
840	1,66	5,65	3,70	11,88	840	10,97	35,91	49,48	40,20	840
830	1,64	5,59	3,65	11,74	830	10,82	35,37	48,78	39,58	830
820	1,62	5,52	3,60	11,60	820	10,67	34,84	48,07	38,96	820
810	1,61	5,46	3,55	11,46	810	10,51	34,30	47,37	38,33	810
800	1,59	5,40	3,50	11,33	800	10,36	33,76	46,66	37,71	800
790	1,57	5,34	3,45	11,19	790	10,21	33,23	45,96	37,09	790
780	1,56	5,27	3,40	11,05	780	10,06	32,69	45,25	36,47	780
770	1,54	5,21	3,35	10,91	770	9,90	32,16	44,55	35,86	770
760	1,52	5,15	3,30	10,78	760	9,75	31,63	43,85	35,24	760
750	1,51	5,09	3,25	10,64	750	9,60	31,10	43,16	34,63	750
740	1,49	5,02	3,20	10,50	740	9,45	30,57	42,46	34,01	740
730	1,47	4,96	3,15	10,37	730	9,30	30,04	41,77	33,41	730
720	1,46	4,90	3,10	10,23	720	9,15	29,52	41,08	32,80	720
710	1,44	4,84	3,06	10,10	710	9,00	29,00	40,40	32,20	710
700	1,42	4,78	3,01	9,97	700	8,85	28,48	39,72	31,60	700
690	1,41	4,72	2,96	9,83	690	8,70	27,97	39,04	31,00	690
680	1,39	4,66	2,91	9,70	680	8,56	27,46	38,37	30,41	680
670	1,38	4,60	2,87	9,57	670	8,41	26,95	37,70	29,83	670
660	1,36	4,54	2,82	9,44	660	8,27	26,45	37,04	29,24	660
650	1,34	4,48	2,77	9,31	650	8,13	25,95	36,39	28,67	650
640	1,33	4,42	2,73	9,19	640	7,99	25,45	35,74	28,09	640
630	1,31	4,37	2,68	9,06	630	7,85	24,96	35,09	27,53	630
620	1,30	4,31	2,64	8,94	620	7,71	24,47	34,45	26,96	620
610	1,28	4,25	2,59	8,81	610	7,57	23,99	33,82	26,41	610
600	1,27	4,20	2,55	8,69	600	7,43	23,51	33,19	25,85	600
590	1,25	4,14	2,50	8,57	590	7,30	23,04	32,57	25,31	590
580	1,24	4,09	2,46	8,45	580	7,16	22,57	31,95	24,76	580
570	1,22	4,03	2,42	8,33	570	7,03	22,11	31,34	24,23	570
560	1,21	3,98	2,38	8,21	560	6,90	21,65	30,74	23,70	560

ATHLÉTISME : saut (hauteur, longueur, perche, triple saut)
lancer (poids, disque, javelot, marteau)

Points	hauteur	longueur	perche	triple saut	Points	poids	disque	javelot	marteau	Points
550	1,19	3,93	2,33	8,09	550	6,77	21,20	30,15	23,17	550
540	1,18	3,87	2,29	7,98	540	6,64	20,75	29,56	22,65	540
530	1,17	3,82	2,25	7,86	530	6,52	20,31	28,97	22,14	530
520	1,15	3,77	2,21	7,75	520	6,39	19,87	28,40	21,63	520
510	1,14	3,72	2,17	7,64	510	6,27	19,43	27,83	21,13	510
500	1,13	3,67	2,13	7,53	500	6,14	19,00	27,26	20,63	500
490	1,11	3,62	2,09	7,42	490	6,02	18,58	26,71	20,14	490
480	1,10	3,57	2,05	7,31	480	5,90	18,16	26,16	19,66	480
470	1,09	3,52	2,01	7,21	470	5,79	17,75	25,61	19,18	470
460	1,07	3,47	1,98	7,10	460	5,67	17,34	25,08	18,71	460
450	1,06	3,43	1,94	7,00	450	5,55	16,94	24,55	18,24	450
440	1,05	3,38	1,90	6,90	440	5,44	16,54	24,03	17,78	440
430	1,04	3,33	1,87	6,80	430	5,33	16,15	23,51	17,33	430
420	1,02	3,29	1,83	6,70	420	5,22	15,76	23,00	16,88	420
410	1,01	3,24	1,79	6,60	410	5,11	15,38	22,50	16,44	410
400	1,00	3,20	1,76	6,50	400	5,00	15,00	22,00	16,00	400
390	0,99	3,16	1,73	6,40	390	4,89	14,63	21,51	15,57	390
380	0,98	3,11	1,69	6,31	380	4,79	14,26	21,03	15,14	380
370	0,97	3,07	1,66	6,22	370	4,68	13,90	20,55	14,72	370
360	0,95	3,03	1,62	6,12	360	4,58	13,54	20,08	14,31	360
350	0,94	2,99	1,59	6,03	350	4,48	13,19	19,62	13,90	350
340	0,93	2,95	1,56	5,94	340	4,38	12,84	19,16	13,50	340
330	0,92	2,91	1,53	5,86	330	4,28	12,49	18,71	13,10	330
320	0,91	2,87	1,50	5,77	320	4,19	12,16	18,26	12,71	320
310	0,90	2,83	1,47	5,68	310	4,09	11,82	17,82	12,32	310
300	0,89	2,79	1,44	5,60	300	4,00	11,49	17,39	11,94	300
290	0,88	2,75	1,41	5,51	290	3,91	11,17	16,96	11,57	290
280	0,87	2,71	1,38	5,43	280	3,81	10,85	16,54	11,20	280
270	0,86	2,68	1,35	5,35	270	3,72	10,53	16,13	10,83	270
260	0,85	2,64	1,32	5,27	260	3,63	10,22	15,72	10,47	260
250	0,84	2,60	1,29	5,19	250	3,55	9,92	15,32	10,12	250
240	0,83	2,57	1,26	5,11	240	3,46	9,61	14,92	9,77	240
230	0,82	2,53	1,23	5,04	230	3,38	9,32	14,53	9,42	230
220	0,81	2,50	1,21	4,96	220	3,29	9,02	14,14	9,08	220
210	0,80	2,47	1,18	4,89	210	3,21	8,73	13,76	8,75	210
200	0,79	2,43	1,15	4,81	200	3,13	8,45	13,39	8,42	200
190	0,79	2,40	1,13	4,74	190	3,05	8,17	13,02	8,09	190
180	0,78	2,37	1,10	4,67	180	2,97	7,89	12,65	7,77	180
170	0,77	2,33	1,08	4,60	170	2,89	7,61	12,29	7,45	170
160	0,76	2,30	1,05	4,53	160	2,81	7,35	11,94	7,14	160
150	0,75	2,27	1,03	4,46	150	2,74	7,08	11,59	6,84	150
140	0,74	2,24	1,00	4,40	140	2,66	6,82	11,25	6,53	140
130	0,73	2,21	0,98	4,33	130	2,59	6,56	10,91	6,24	130
120	0,73	2,18	0,96	4,26	120	2,52	6,31	10,58	5,94	120
110	0,72	2,15	0,93	4,20	110	2,44	6,06	10,25	5,65	110
100	0,71	2,12	0,91	4,14	100	2,37	5,81	9,92	5,37	100
90	0,70	2,10	0,89	4,07	90	2,30	5,57	9,60	5,08	90
80	0,70	2,07	0,86	4,01	80	2,24	5,33	9,29	4,81	80
70	0,69	2,04	0,84	3,95	70	2,17	5,09	8,98	4,53	70
60	0,68	2,01	0,82	3,89	60	2,10	4,86	8,67	4,27	60
50	0,67	1,99	0,80	3,83	50	2,04	4,63	8,37	4,00	50
40	0,67	1,96	0,78	3,78	40	1,97	4,40	8,07	3,74	40
30	0,66	1,93	0,76	3,72	30	1,91	4,18	7,78	3,48	30
20	0,65	1,91	0,74	3,66	20	1,85	3,96	7,49	3,23	20
10	0,65	1,88	0,72	3,61	10	1,78	3,75	7,21	2,98	10