



Comité d'Organisation Jeux des Iles

# ATHLETISME

Règlement sportif COJI – ATHLETISME - 2024

## 3 - ÉPREUVES

### 3.1 – Epreuves de la Compétition COJI-JEUNES

#### Masculins

100 m  
 200 m  
 400 m  
 800 m  
 1.500 m  
 3.000 m  
 2.000 m Steeple (84cm)  
 110 m haies (91cm)  
 400 m haies (84cm)  
 Saut en hauteur  
 Saut en longueur  
 Triple saut  
 Perche  
 Poids (5kg)  
 Javelot (700gr)  
 Disque (1,500 kg)  
 Marteau (5 kg)  
 Relais : 100+200+300+400 m

#### Féminins

100 m  
 200 m  
 400 m  
 800 m  
 1.500 m  
 3.000 m  
 2.000 m Steeple (76cm)  
 100 m haies (76cm)  
 400 m haies (76cm)  
 Saut en hauteur  
 Saut en longueur  
 Triple saut  
 Perche  
 Poids (3kg)  
 Javelot (500g)  
 Disque (1kg)  
 Marteau (3kg)  
 Relais : 100+200+300+400 m

#### Lancers :

	Masculin	Féminin
Caractéristiques du Javelot	700 gr	500 gr
Caractéristique du Poids	5 kg	3Kg
Caractéristique du disque	1,500 kg	1,00 kg
Caractéristique du marteau	5 kg	3 kg

#### Haies :

Épreuves	Masculins		Féminines	
	110 m	400 m	100 m	400 m
Hauteur haie	91,40 cm	84,00 cm	76,20 cm	76,00 cm
Distance départ / 1ère haie	13,72 m	45,00 m	13,00 m	45,00 m
Distance entre chaque haie	9,14 m	35,00 m	8,50 m	35,00 m
Distance dernière haie / arrivée	14,02 m	40,00 m	10,50 m	40,00 m