



Para Athlétisme Adapté

CHAMPIONNAT RÉGIONAL



Samedi 09 mai 2026

A partir de 9h00

Saint-Nazaire (44)

Accueilli par l'ESCO 44

Charte sportive

« La morale du sport se situe dans le respect de la règle, des autres et de soi-même. »



Avoir **une licence compétitive FFSA à jour** mentionnant la classe et avec photographie. Elle doit être présentée en début de championnat lors de la vérification des licences.



S'être entraîné(e) régulièrement au sein de son club afin de préparer au mieux la participation au championnat.



Respecter le parcours de qualification en **ayant participé au championnat départemental Sport Adapté** (ou interdépartemental) si ce dernier a été proposé sur le territoire.



Avoir un **équipement sportif (tenue) conforme** et réglementaire et apporter le **matériel nécessaire** à la pratique de l'activité.



Respecter les horaires de compétition et de vérification des engagements/licences.



Être accompagné(e) d'au moins un dirigeant licencié FFSA du club lors de la compétition. Les dirigeants non-licenciés FFSA ne pourront pas accéder aux zones de coaching.



Être respectueux des partenaires, des adversaires, des arbitres et officiels, des organisateurs et bénévoles et de toutes personnes afférentes au championnat.

La Ligue Sport Adapté des Pays-de-la-Loire se donne le droit de pénaliser ou de refuser l'accès au championnat si l'un des points énoncés ci-dessus n'est pas respecté.

Rappels relatifs aux inscriptions et aux réclamations :



Une demande de dérogation individuelle peut être formulée si un(e) sportif(ve) n'a pas pu participer à la compétition qualificative.



Aucune modification n'est possible après l'envoi des inscriptions.



Par souci d'organisation, **toute inscription le jour du championnat sera refusée.**



Les clubs doivent **prévenir de l'absence d'un ou plusieurs sportifs** au minimum trois jours avant le championnat (soit jusqu'au mercredi pour une compétition le samedi). Passé ce délai, toute absence injustifiée ne sera pas remboursée.



Toute réclamation est accompagnée d'une caution de 50 euros. Celle-ci est restituée si la contestation est justifiée.

Règlement sportif

Le championnat régional de **Para Athlétisme Adapté** est ouvert aux jeunes et aux adultes.

SAISON 2025/2026	U10 ans	U12 ans	U14 ans	U16 ans
	2016 et après	2015-2014	2013-2012	2011-2010
U18 ans	U21 ans	Adulte	Vétéran 1	Vétéran 2
2009-2008	2007-2005	2004-1986	1985-1976	1975 et avant

Le règlement sportif Para Athlétisme Adapté est consultable sur www.sportadapte.fr

	CLASSE AB – Hommes				
Epreuves	U14	U16	U18	U21 et adultes	Vétérans 1 et 2
Courses	50m 100m 400m	50m 100m 400m 1200m			
Marche	1200m				
Lancers	Poids (3kg) Anneaux (400g) Vortex	Poids (4kg) Anneaux (400g) Vortex	Poids (4kg) Anneaux (400g) Vortex		Poids (3kg) Anneaux (400g) Vortex
Sauts	Longueur				
Epreuves combinées	Quadrathlon	x			
Relais	x	4x100m			

	CLASSE AB – Femmes				
Epreuves	U14	U16	U18	U21 et adultes	Vétérans 1 et 2
Courses	50m 100m 400m	50m 100m 400m 1200m			
Marche	1200m				
Lancers	Poids (2kg) Anneaux (400g) Vortex	Poids (3kg) Anneaux (400g) Vortex	Poids (3kg) Anneaux (400g) Vortex		Poids (2kg) Anneaux (400g) Vortex
Sauts	Longueur				
Epreuves combinées	Quadrathlon	x			
Relais	x	4x100m			

	CLASSE BC - Hommes				
Epreuves	U14	U16	U18	U21 et adultes	Vétérans 1 et 2
Courses	50m 100m 800m	100m / 300m / 800m / 1500m	100m/200m/400m 800m/1500m 3000m/5000m		100m/300m 800m/1500m/3000m
Marche	1500m				
Lancers	Poids (3kg) Disque (800g) Javelot (500g)	Poids (4kg) Disque (1,25kg) Javelot (600g)	Poids (4kg) Disque (1,25kg) Javelot (600g)		Poids (3kg) Disque (800g) Javelot (500g)
Sauts	Hauteur Longueur Triple bond				
Epreuves combinées	Quadrathlon	x			
Relais	x	4x100m			

CLASSE BC - Femmes					
Epreuves	U14	U16	U18	U21 et adultes	Vétérans 1 et 2
Courses	50m 100m 800m	100m / 300m / 800m / 1500m	100m/200m/400m 800m/1500m 3000m/5000m		100m/300m 800m/1500m
Marche	1500m				
Lancers	Poids (2kg) Disque (800g) Javelot (400g)	Poids (3kg) Disque (1kg) Javelot (500g)	Poids (4kg) Disque (1kg) Javelot (500g)		Poids (3kg) Disque (800g) Javelot (400g)
Sauts	Hauteur Longueur Triple bond				
Epreuves combinées	Quadrathlon	x			
Relais	x	4x100m			

CLASSE CD – DE - Hommes					
Epreuves	U14	U16	U18	U21 et adultes	Vétérans 1 et 2
Courses	50m 100m 800m	100m/200m 400m/800m 1500m/5000m			
Marche	2000m	5000m			
Lancers	Poids (4kg) Disque (1kg) Javelot (500g)	Poids (5kg) Disque (1,25kg) Javelot (600g)	Poids (6kg) Disque (1,5kg) Javelot (700g)	Poids (7,26kg) Disque (2kg) Javelot (800g)	Poids (5kg) Disque (1,5kg) Javelot (700g)
Sauts	Hauteur Longueur Triple saut				
Epreuves combinées	Quadrathlon	x			
Relais	x	4x100m			

	CLASSE CD – DE - Femmes				
Epreuves	U14	U16	U18	U21 et adultes	Vétérans 1 et 2
Courses	50m 100m 800m	100m/200m 400m/800m 1500m/3000m/5000m			
Marche	2000m	1500m – 3000m			
Lancers	Poids (2kg) Disque (800g) Javelot (400g)	Poids (3kg) Disque (1kg) Javelot (500g)	Poids (4kg) Disque (1kg) Javelot (600g)		Poids (3kg) Disque (1kg) Javelot (500g)
Sauts	Hauteur Longueur Triple saut				
Epreuves combinées	Quadrathlon	x			
Relais	x	4x100m			

Règlement classe AB

Un athlète peut effectuer 2 épreuves individuelles en AB

Règlement classe BC

Un athlète peut effectuer 3 épreuves en BC mais reste limité à deux courses maximum de la même famille (sprint du 100m au 400m ou 1/2 fond du 800m au 5000m)

Ex : 3 sauts ou 3 lancers, 2 sauts et 1 course, 2 lancers et 1 course, 2 courses et 1 saut ou 1 lancer, 2 sauts et 1 lancer, 2 lancers et 1 saut.

Pour le 1/2 fond possibilité de doubler 800m/1500m ou 1500m/3000m chez les hommes et 800m/1500m ou le 1500m/3000m chez les femmes, **impossibilité** de doubler 800m/5000m ou 800m/3000m. Cependant il sera autorisé à un athlète de doubler 400m/800m.

Règlement classe CD et DE

Un athlète peut effectuer 3 épreuves en CD mais reste limité à deux courses maximum de la même famille (sprint du 100m au 400m ou 1/2 fond du 800m au 5000m).

Ex : 3 sauts ou 3 lancers, 2 sauts et 1 course, 2 lancers et 1 course, 2 courses et 1 saut ou 1 lancer, 2 sauts et 1 lancer, 2 lancers et 1 saut.

Pour le 1/2 fond possibilité de doubler 800m/1500m ou 1500m/3000m chez les hommes et 800m/1500m ou le 1500m/3000m chez les femmes, **impossibilité** de doubler 800m/5000m ou 800m/3000m.

Cependant il sera autorisé à un athlète de doubler 400m/800m.

Informations sur le championnat



Le championnat régional Para Athlétisme Adapté se déroulera le **samedi 09 mai 2026**.



1 Avenue Leo Lagrange, 44600 Saint-Nazaire – accès piste en passant derrière la soucoupe



Buvette et restauration (sandwich et crêpes)



Engagement de 5 euros par sportif.

Paielement sur place par chèque, espèces ou carte. Chèque à l'ordre de « ESCO44 ».

Programme prévisionnel

L'organisation se donne le droit d'apporter des modifications au programme selon le nombre d'inscrits.

A partir de 9h et jusqu'à 9h45

Accueil des délégations, vérification des licences et remise des dossards

De 10h à 12h

50m ; 100m ; 200m ; 300m ; 1 500m / Longueur-Triple saut / Poids / Disque / Anneaux / Hauteur

12h-14h

Pause-déjeuner

De 14h à 16h

400m ; 800m ; 3 000m ; 5 000m ; 1 200m marche ; 3 000m marche ; 5 000m marche / Vortex

16h

Relais 4 x 100m

17h00

Fin du championnat

Podiums réalisés au fil du championnat.

Inscriptions

La fiche d'engagement complétée et signée par votre CDSA est à retourner **avant le 25 avril 2026** :



par mail à competition.sportadapte.pdl@gmail.com

ou



par voie postale à Ligue Sport Adapté – Maison des Sports – 44 rue Romain Rolland – 44100 NANTES.

Aucune inscription ne sera prise en compte après la date-limite d'engagement !

Contacts

- CTF en charge de l'organisation des championnats régionaux Sport Adapté
Antonin MARIÉ : competition.sportadapte.pdl@gmail.com / 06.08.95.65.33

Championnat de France Para Athlétisme Adapté : Du 22 au 24 juin Moirans (38)

Championnat de France Para Athlétisme Adapté Jeunes : Du 25 au 27 juin à Moirans (38)

Suivez-nous !

Dossiers d'inscription, résultats, photos, vidéos, actualités... Retrouvez toutes les infos sur le site internet de la Ligue Sport Adapté des Pays-de-la-Loire ou sur les réseaux sociaux !



www.sportadapte.pdl.org



Ligue Sport Adapté des Pays-de-la-Loire



@Ligue SAPdl

Partenaires

