

## Prix – Bonus

### Flanders Cup AV Lyra-Lierse



#### 1) TOUTES CATÉGORIES

- € 60 pour obtenir la limite internationale (athlètes non Belges) ou la limite nationale (athlètes Belges).
- € 60 amélioration du record du stade.
- € 60 amélioration du record de Flanders Cup international (athlètes non belges) ou national (athlètes belges).
- € 100 amélioration du record belge (athlètes belges cad / sco).
- € 150 amélioration du record belge (athlètes belges jun/mas).
- € 250 amélioration du record belge (athlètes belges TC)

Event	Limite Internat.	Limit National	Rec. du stade	Fl. Cup record Int.	Fl. Cup record Nat.
<b>Dammes</b>					
100 m	11"68	11"84	11"44	11"17	11"17
200 m	23"85	24"21	23"60	22"83	23"09
400 m	53"81	54"70	53"41	50"56	51"85
800 m	2'04"21	2'06"56	2'04"77	1'59"24	2'00"10
1500 m	4'16"10	4'21"41	4'16"41	4'05"30	4'06"84
100 mH	13"67	13"92	13"18	12"90	12"90
400 mH	58"37	59"38	55"33	54"77	55"23
Hauteur	1,82 m	1,78 m	1,86 m	1,91 m	1,91 m
Perche	4,25 m	4,12 m	4,32 m	4,42 m	4,25 m
Longueur	6,16 m	5,97 m	6,60 m	6,70 m	6,48 m
Tripple saut	12,69 m	12,40 m	13,23 m	14,83 m	14,13 m
Poids	16,45 m	15,30 m	17,23 m	18,70 m	16,70 m
Disque	53,92 m	50,11 m	54,60 m	62,39 m	57,44 m
Javelot	54,62 m	50,75 m	52,67 m	58,51 m	58,51 m
Mateau	61,72 m	57,07 m	67,61 m	70,12 m	66,22 m
<b>Hommes</b>					
100 m	10"50	10"62	10"21	10"07	10"14
200 m	21"19	21"46	20"78	20"27	20"45
400 m	47"08	47"70	46"85	44"88	45"61
800 m	1'48"14	1'49"17	1'47"22	1'44"25	1'46"24
1500 m	3'42"02	3'44"30	3'39"48	3'32"89	3'36"55
5000 m	13'36"48	13'45"20	14'00"72	13'06"52	13'21"34
110 mH	14"14	14"37	13"55	13"34	13"54
400 mH	51"85	52"70	50"16	48"93	49"65
Hauteur	2,17 m	2,10 m	2,20 m	2,35 m	2,22 m
Perche	5,23 m	5,03 m	5,41 m	5,82 m	5,72 m
Longueur	7,59 m	7,37 m	7,77 m	8,16 m	7,89 m
Tripple saut	15,26 m	14,82 m	16,28 m	17,20 m	15,52 m
Poids	17,63 m	16,62 m	20,50 m	20,61 m	18,75 m
Disque	55,84 m	52,55 m	64,27 m	67,07 m	67,07 m
Javelot	71,94 m	68,08 m	76,03 m	86,62 m	82,62 m

## Prix – Bonus

### Flanders Cup AV Lyra-Lierse



## 2) GOLDEN EVENTS

### HAUTEUR HOMMES – DISQUE DAMMES

1 <sup>st</sup> - € 100	
2 <sup>nd</sup> - € 75	3 <sup>th</sup> - € 50

## 3) JEUNESSE – **WORDT NOG BIJGEWERKT.**

- € 10: obtention de la limite de jeunesse

Dammes		Event	Hommes	
Cad (2006-2007)	SCH (2008-2009)		Cad (2006-2007)	SCH (2008-2009)
12"64	12"60	100 m	11"92	11"28
26"32	25"83	200 m	24"03	22"63
1'00"96	59"40	400 m	53"87	51"60
2'22"59	2'18"00	800 m	2'04"34	1'57"70
4'56"99	4'49"03	1500 m	4'26"91	4'10"62
-	73"32	400 mH	-	-
29,99 m	31,05 m	Disque	-	-
2,81 m	2,51 m	Perche	3,30 m	4,01 m
5,18 m	5,30 m	Longueur	5,93 m	6,46 m
1,58 m	1,62 m	Hauteur	1,75 m	1,84 m
9,81 m	10,27 m	Triple saut	10,69 m	12,01 m

## 3) REMARQUES

- - Les bonus pour les épreuves ne peuvent être obtenus qu'avec une assistance au vent valide. (MAX. +2.0).
- - Tous les bonus cumulés, Par exemple: gérer un record international de Coupe de Flandre à 100 m seront récompensés par € 180.
- - Les bonus du record du stade, de Flanders cup et du record Belgique, seulement un bonus sera payé (à l'athlète ayant réalisé la meilleure performance au fin du meeting).
- - Pour recevoir le bonus, un formulaire doit être rempli complètement.  
Aucun formulaire ne sera accepté plus de 7 jours après l'évènement.
- Disponible au secrétariat ou télécharger ici WORD of PDF.
- - Les bonus seront payés par virement bancaire dans les deux semaines suivant l'évènement.
- - Pour les membres du groupe VAL résidant en Belgique, il existe des bonus supplémentaires au général FC.