

ROCHECHOUART CHALLENGE KID ATHLE 87

LE SAMEDI 29 JUIN 2019

Sur la PISTE du COLLEGE

A proximité du Gymnase et de la salle du temps libre (avenue Jean Jaurès)

Au programme 4 ATELIERS (courses - sauts - lancers - parcours technique)

+ En fin de programme une épreuve collective par catégorie

Cette animation est ouverte à TOUS licenciés et non-licenciés. Vous pouvez inviter les copains d'école

Eveil Athlé filles ou Garçons né(e) en 2010 - 2011 - 2012 Poussines ou Poussins né(e) en 2008 et 2009

COURSES RELAIS NAVETTE : 2 passages par athlète. Parcours de 60m (aller + retour) avec 3 plots à contourner entièrement avant/arrière à l'aller et 1 haie à franchir au retour + une zone de passage du relais. Les points seront attribués suivant des zones de temps définies (Pénalité de 5" par plot non contourné ou haie non franchie)

LANCERS RELAIS : 3 essais par athlète. OBJECTIF : rester sur la largeur de la piste, seul le meilleur lancer par athlète comptera. L'athlète suivant lancera à partir de la marque du meilleur lancer de son coéquipier. Objectif réalisé la plus longue distance, Les points seront attribués par tranche de 5m (1 point par tranche)

SAUTS EN LONGUEUR : 5 sauts maxi par athlètes avec un objectif de distance de sauts imposés et progressifs avec une zone du pied d'appel définie (PO : 1m50 - 1m75 - 2m - 2m25 - 2m50) - (EA : 1m - 1m25 - 1m50 - 1m75 - 2m) les points seront attribués suivant les meilleurs sauts de chaque athlète. La distance supérieure ne pourra être tentée que si la précédente a été réalisée.

ATELIER TECHNIQUE : 2 passages par athlète, parcours de 15 Cerceaux (**aller** : cloche-pied droit et **retour** : cloche-pied gauche) épreuve non chronométrée les points seront définis suivant la position du cerceau touché. Seul le meilleur passage par addition des points aller et retour sera retenu par athlète.

LA COURSE DES BOYARDS : objectif : ramener le maximum de boyards uniquement avec les mains dans un temps maxi 1'30 avec 3 rotations maxi par athlètes.

HORAIRES : **14h00** : Inscriptions des équipes de 3 athlètes (3 filles ou 3 garçons de la même catégorie)

PROGRAMMES : **14h30** : début des épreuves en 4 groupes avec ordre de passages ci-dessous

Equipes poussines : lancers - courses - sauts - parcours cerceaux

Equipes poussins : courses - sauts - parcours cerceaux - lancers

Equipes Eveil Athlé filles : sauts - parcours cerceaux - lancers - courses

Equipes Eveil Athlé garçons : parcours cerceaux - lancers - courses - sauts

16h00 : course de fin de programme collective par catégorie "la course aux Boyards"

16h30 : proclamation des résultats

Pour plus de renseignements : contacter Mr Laurent LASVERGNAS 05 55 30 71 90 (en soirée)

laurent.lasvergnas@wwanadoo.fr