

COURSE DEPARTEMENTALE

MERCREDI 25 NOVEMBRE 2015

Parc de Candé - Monts

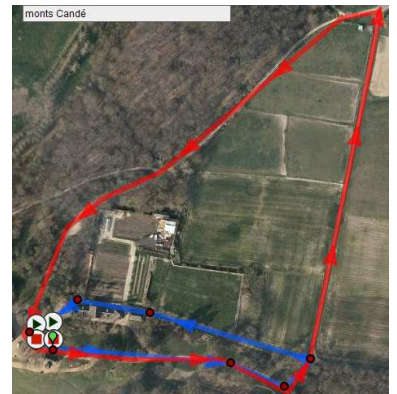
- Une fête pour tous les licenciés !
- Un mercredi pas comme les autres pour votre association !
- Une règle d'or : Rester solidaire, à l'écoute de ses co-équipiers quelle que soit l'évolution de la course pour franchir la ligne d'arrivée ENSEMBLE !

Courir collectivement - C2

- Constituer 4 équipes de 6/8 enfants de même niveau.
- Choisir la distance 600m ou 1 200m.
- Chaque équipe, doit franchir la ligne d'arrivée **ensemble**.
- Cette organisation demande une **préparation préalable** non seulement physique, mais également de cohésion et d'entente au sein de chaque équipe de coureurs.
- Les équipes partiront décalées.
- Chaque équipe aura une couleur (tee-shirt remis sur place).

Courir collectivement - C3

- Constituer des équipes de 4/5 enfants de même niveau.
- Choisir la distance 1 200m ou 1 800m.
- L'équipe doit effectuer son parcours ensemble puis passe le relais à une seconde équipe, qui effectue son parcours ensemble puis passe le relais à une troisième équipe...
- Le témoin ne peut être donné que si l'équipe est au complet, de même pour valider l'arrivée : l'équipe doit arriver groupée !
- Le nombre de relais dépendra du nombre d'équipes inscrites.
- Les écoles seront donc mixées pour créer un relais.
- Les équipes partiront décalées.
- Chaque équipe aura une couleur (tee-shirt remis sur place).



Horaires

9h15 - 9h30 : Accueil

9h45 – 10h15 : échauffement CYCLE 2 et 3

10h15 : départ des courses

* Les horaires pourront être modifiés selon le nombre d'inscrit

Un espace « collation » sera à disposition, pour les enfants ayant besoin de grignoter avant ou après l'effort.

Un échauffement, encadré par des élèves « Option Sport » du lycée Jean Monnet (travail préalable avec leur professeur EPS pour s'adapter au public) est prévu avant la course ainsi que quelques minutes d'étirements après. Chaque groupe sera pris en charge dès l'échauffement par deux lycéens. L'animateur USEP restera présent avec le groupe. Prévoir un référent par groupe.

A penser en amont

- ❖ Inscription auprès de l'USEP 37 avant le mardi **10 novembre 2015**.
- ❖ Réservation du transport selon les modalités habituelles.
- ❖ **Effectuer un cycle de course longue.**
- ❖ **Constitution d'équipes de niveau** en fonction des aptitudes de chacun.
- ❖ Réflexion avec les enfants sur les contraintes et avantages de la formule proposée, « Défi collectif » : ne pas gérer sa course individuellement, être solidaire des membres de son équipe, prendre en compte les éventuelles difficultés de ses coéquipiers, **développer la solidarité et l'entraide...**
- ❖ Des vêtements chauds (gants et bonnet) pour les enfants et de grands sacs pour les stocker pendant la course.

- ❖ Etiquette avec prénom de l'enfant qui sera collée sur place sur le tee-shirt remis à chaque enfant.

Bulletin de participation à retourner avant le

Mardi 10 novembre 2015

au Comité Départemental USEP 37
10 av de la République - 37300 Joué Lès Tours
02-47-20-40-21 - contact@usep37.org

Commandez votre bus auprès de la société de transport de votre choix (faites jouer la concurrence).
La prise en charge du transport sera effectuée à 80 % (payer votre facture et envoyer le double avec la fiche de remboursement de transport – téléchargeable sur le site www.usep37.org - à l'USEP)

Association/Ecole :

Adresse :

Courriel :@.....

Nom du responsable :

Téléphone (portable) :

Heure de départ.....

Niveau	Nombre d'enfants	Nombre d'équipes	Distance
CP			600 m
CP			1 200 m
CE1			600 m
CE1			1 200 m
CE2			1 200 m
CE2			1 800 m
CM1			1 200 m
CM1			1 800 m
CM2			1 200 m
CM2			1 800 m

- Prévoir au moins 1 signaleur sur le parcours dans lequel vous engagez une équipe.

Nous avons besoin de 8 signaleurs sur les parcours pour assurer la sécurité.

Notre association fournira :

adulte(s) sur les parcours.