

DIMANCHE 21 DECEMBRE 2025

CHASSENEUIL

(GYMNASE)

KID ATHLE EA PO

EPREUVES BENJAMIN(E)S/MINIMES

Siffa: N° 313711

PROGRAMME

EAM/EAF 30m /lancer rotation disque / lancer rotation med ball(poids)/,longueur av tremplin/ triplebond /corde lisse

POM/POF 30m /lancer rotation (disque) / lancer rotation med ball(poids)/,longueur en contre haut av tremplin/ triplesaut /corde lisse
Longueur avec élan court/ Triple avec petit élan

BE/MI 30m, hauteur, pentabonds, poids

Nb d'essais: 3 ou 4 selon nombre

13h00	installation	BM/BF/MM/MF	BM/BF/MM/MF	BM/BF/MM/MF	POM/POF	POM/POF	POM/POF	POM/POF	EA PO
HORAIRES	COURSES 30M	PENTABONDS BE /MI.	HAUTEUR BE/MI	LANCER (poids) BE/MI	LANCER rotation poids (med ball)	LANCER rotation disque (cerceaux)	LONGUEUR en contre haut avec tremplin	TRIPLE triple saut PO triple bond EA	CORDES LISSES 6 ateliers
13h30	Echauffement	Gymnase A	Gymnase A	Gymnase A	Gymnase B	Gymnase B	Gymnase B	Gymnase B	Gymnase A
14h00	MF/MM								
14h05	BF/BM								
14h15		BM/BF	MM/MF						
14h30	EAM				POM	POM	POF	POF	EAF
14h45									
15h00	EAF		BM/BF	MM/MF	EAM	EAM	POM	POM	POF
15h15									
15h30	POF	MM/MF		BM/BF	EAF	EAF	EAM	EAM	POM
15h45									
16h00	POM				POF	POF	EAF	EAF	EAM
16h15									
16h30	RELAIS ANIMATION EA/PO								
	Récompenses								
17h00	FIN	BONNES VACANCES							

Mise en place du matériel: **13h00 ECA + volontaires**

Rangement du matériel obligatoire par:

➡ **TOUS LES CLUBS PRESENTS**

Si tout le monde se mobilise , tout est rangé en 5 minutes!

INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES AVANT LE JEUDI 18 DECEMBRE 22H



sur le site <https://estcharenteathletique.athle.fr/> rubrique "qualifiés"

Renseignements: 06 84 73 91 37

ainsi que le jury y compris les aides claudetmathias@orange.fr

Juges:
amenez du monde pour
aider (merci)
cours:3 couloirs (B)
Sautoir hauteur(1A)
Lancers:3
aires,(1A,2B)
pentabonds:1aire (A)
triple:1aire (B)
longueur:1 aire(B)
cordes:1aire de 6 (A)

Les relais se feront
dans le gymnase B
après les autres
épreuves

DIR. REUNION	JURY	PREPA JURY	SECRETARIAT	RECOMPENSES		MATERIEL	RANGEMENT
ECA	TOUS	ECA	ECA	ECA		ECA	TOUS
MISE EN PLACE :13h00				PARTICULARITES			
matériel Tapis hauteur:1A 1B blocs mousse protection 2B bande metrique pour pentabond (1A) carpette adhérente pour "planche appel" 1B toise 1A Double-décamètres pour poids et pentabonds 2A Rlocs rouges pour cordes lisses 3A caisses pour cordes lisses 4A marquages pour longueur et lancers eapo bancs 2A 2B chronomètres 3B				LONGUEUR course sur chemin appel sur tremplin réception sur tapis haut TRIPLE / petit élan triple saut pour les PO (triiple bond admis) petit élan triple bond pour les EA (triiple saut admis) LANCERS EA/PO: avec medecine ball: GDG ou DGD avancer en tournant CORDES LISSES: 6 jeux adresse,suspension merci de prévoir des chronomètres les miens ont des défailances			