



# TRIATHLON JEUNES AJM ATHLETISME

**Samedi 7 juin 2025  
14h-17h**

## **Stade Goumard-Dumoulin - Montmoreau**

L'**AJM Athlétisme** vous invite à participer à un **Triathlon Jeunes** au stade de Montmoreau, ouvert aux **Eveils, Poussins, Benjamins et Minimes**.

*A noter que les horaires pourront varier selon le nombre de participants.*

**Inscriptions par mail AVANT LE MERCREDI 4 JUIN :**

[ajmathletisme@gmail.com](mailto:ajmathletisme@gmail.com)

**Merci de nous préciser les juges.**



### **Eveils : Kid Athlé**

Epreuves : Pousse debout (lancer de médecine ball avec un saut) / Par-dessus les nuages (lancer de vortex) / Corde à sauter (nb de sauts en 15'') / Saut en croix (nb de séries en 20'') / Pentabond / Saut de grenouille / Course 6 min. / Slalom relais (course de relais)

Classement en équipes

### **Poussins : Triathlon**

Epreuves : POF : 50 m haies / hauteur / vortex

POM : 50 m haies / triple-saut (élan réduit) / vortex

Concours : 4 essais

Classement individuel (masculin et féminin)

### **Benjamins : Triathlon**

Epreuves : BEF : 50m / 1000m / hauteur / triple-saut / disque / poids

BEM : 50m / 1000m / hauteur / longueur / disque / poids

Concours : 4 essais

Classement individuel (masculin et féminin)

### **Minimes : Triathlon**

Epreuves : MIF : 80m / 1000m / hauteur / triple-saut / disque / poids

MIM : 80m / 1000m / hauteur / longueur / disque / poids

Concours : 4 essais

Classement individuel (masculin et féminin)



**MONTMOREAU - STADE GOUARD-DUMOULIN**  
**SAMEDI 7 JUIN 2025**  
**TRIATHLON JEUNES**

HORAIRE	COURSES	HAUTEUR	LONGUEUR	TRIPLE-SAUT	DISQUE	POIDS	VORTEX	KID ATHLE
<b>13h30</b>	<b>Accueil</b> : confirmation des engagements et installation du jury, échauffement							<b>Ateliers successifs par équipe :</b> 🏃 Pousse debout <i>(lancer de medecine ball avec un saut)</i> 🏃 Par-dessus les nuages <i>(lancer de vortex)</i> 🏃 Corde à sauter <i>(nombre de sauts en 15 secondes)</i> 🏃 Saut en croix <i>(nombre de séries en 20 secondes)</i> 🏃 Pentabond 🏃 Saut de grenouille 🏃 Course 6 minutes 🏃 Slalom relais <i>(course de relais)</i>
<b>14h30</b>	50m H POF	BEF + MIF	MIM		MIF	BEM	POM	
<b>14h45</b>	50m H POM							
<b>15h10</b>		POF	BEM		MIM	MEF		
<b>15h15</b>	50m BEM							
<b>15h30</b>	50m BEF							
<b>15h45</b>	80m MIF	BEM + MIM		BEF	BEF	BEF	POF	
<b>16h00</b>	80m MIM			POM (élan réduit)				
<b>16h15</b>	1000m BEF + MIF				BEM	MIM		
<b>16h30</b>	1000m BEM + MIM			MIF				
<b>17h</b>	<b>Remise des récompenses</b>							
<b>Eveils</b> : Kid Athlé, contenu en pièce jointe								
<b>Poussines</b> : 50m haies / hauteur / vortex								
<b>Poussins</b> : 50m haies / triple-saut (élan réduit) / vortex								
<b>Benjamines</b> : 50m / 1000m / hauteur / triple-saut / disque / poids								
<b>Benjamins</b> : 50m / 1000m / hauteur / longueur / disque / poids								
<b>Minimes féminines</b> : 80m / 1000m / hauteur / triple-saut / disque / poids								
<b>Minimes masculins</b> : 80m / 1000m / hauteur / longueur / disque / poids								