

Samedi 10 Mai 2014 à GRAVELINES

au Stade du Moulin

KIDS ATHLETICS - Ecole d'Athlétisme

Confirmation des équipes : 13h15

13h30 : début des épreuves (14h15 fin des épreuves en rotation)

6 ateliers de 6' (+2' pour la rotation) + Relais FORMULE 1

14h30 : Fin des épreuves + proclamation des résultats

PROGRAMME

3ème Journée District Maritime PO/BE/MI

14h30	Relais	4x50 PF / PM – 4x60 BM/BF – 4x60 MF/MM				
	Courses	Concours				
15h00	50m PF 50m PM	Hauteur MM (sautoir 1) Hauteur BM (sautoir 2)			Marteau BF/BM	15h00
15h15	50m BF 50m BM		Longueur PF (Sautoir 2)		Poids PM	15h15
15h30	50m MF 50m MM	Perche BM/MM	Longueur BM (sautoir 1)		Disque BF	15h30
15h45		Hauteur MF (sautoir 1) Hauteur BF (sautoir 2)	Longueur PM (sautoir 2)		Poids PF	15h45
16h00		Perche BF/MF	Longueur BF (Sautoir 1)		Disque BM	16h00
16h15	200m Haies MF/MM			Triple-Saut MF (sautoir 3)		16h15
16h30	1000m PM/PF				Disque MM	16h30
16h45	1000m BM/BF			Triple-Saut MM (sautoir 3)		16h45
17h00	1000m MM/MF				Disque MF	17h00

ATTENTION : PRIORITE AUX COURSES SUR LES CONCOURS

3 essais dans lancers et saut en longueur

8 essais + essai en Or pour les sauts verticaux

CHOIX DES EPREUVES

POUSSINS / BENJAMINS : triathlon libre : 1 course + 1 Saut + 1 Lancer

MINIMES :

- Triathlon libre : 1 course + 1 saut + 1 lancer

- Triathlon technique : 2 concours + 1 course

- Triathlon spécial : 1/2 fond ou marche + 1 concours + 1 épreuve libre

(attention si l'épreuve libre est une course, celle-ci doit être inférieure à 200m, donc pas de doublé 200haies/1000 ou marche)