



## COMITE DU CALVADOS D'ATHLETISME

Maison des Associations

1018 Quartier du Grand Parc

14200 HEROUVILLE SAINT CLAIR

02-31-95-47-51

[cd14.athletisme@mda-hsc.fr](mailto:cd14.athletisme@mda-hsc.fr)

Caen le mardi 23 février 2016

### INTER COMITE BENJAMINS MINIMES

#### Stage de préparation

**Date et Lieu** : Samedi 05 Mars 2016 – Halle M. D'ORNANO à Mondeville.

**Horaires** : 9h00 – 12h30      14h00 – 17h00

Déjeuner en commun pris en charge par le comité

**Disciplines** : **courses** ; 50m, 50m haies, 1000m

: **Sauts** ; Hauteur, longueur, triple saut, perche

: **Lancers** ; poids

**Ateliers** : 50m, 50m haies

Hauteur, Perche

Longueur, Triple

Poids

Organisation de la journée

Horaires	Benjamines	Benjamins	Minimes Filles	Minimes Garçons
9h00	Accueil / Echauffements			
9h30	Hauteur / Perche / Longueur / Triple		50 m / 50 m haies	Poids
11h00			Poids	50 m / 50 m haies
12h00	Départ Restaurant			
12h30			Départ Restaurant	
14h00	50 m / 50 m haies	Poids	Hauteur / Perche / Longueur / Triple	
15h30	Poids	50 m / 50 m haies		
17h00	Course relais			
17h15	Goûter			