

Triathlon EA/Po du 4 avril 2015 stade Henri Moulin à Falaise **(situé en centre ville près du collège)**

Guide général de la réunion (début : 15h00 / fin : 17h00)

Mise en place des jurys : 14h30

Envoyez vos inscriptions par « mail » en utilisant le formulaire joint si possible et prévoyez une aide à l'encadrement. Au minimum, confirmez votre présence et le nombre d'athlètes prévus ... mais l'utilisation du formulaire en page 2 permettra de gagner du temps.

Goûter et résultats vers 17h00.

>>> *esfathl@yahoo.fr*

EVEIL ATHLETIQUE

Epreuves prévues :

>>> course de vitesse aux points (3 courses de 30m sous forme de défis) notée sur 10pts

>>> circuit débrouillardise noté sur 10pts

>>> saut en longueur avec consignes à respecter noté sur 10pts

>>> lancer en rotation noté sur 10pts

>>> atelier détente >>> relais adresse //

POUSSIN(E)S

Epreuves prévues :

>>> course de vitesse avec 3 haies aux points (3 courses de 40m sous forme de défis) notée sur 10 pts

>>> circuit endurance noté sur 10 pts

>>> saut en longueur avec zones de points noté sur 10 pts

>>> lancer type « javelot » avec « vortex » noté sur 10pts

>>> atelier détente >>> relais adresse //

Des chefs d'équipes guideront leurs groupes d'atelier en atelier et noteront les perfs' qui seront totalisées et classées.

En espérant vous voir bientôt sur notre stade ...

ES Falaise Athlétisme

