



MONTMOREAU - STADE GOUARD-DUMOULIN
SAMEDI 15 JUIN 2024
TRIATHLON JEUNES

HORAIRE	COURSES	HAUTEUR	LONGUEUR	TRIPLE-SAUT	DISQUE	POIDS	VORTEX	KID ATHLE
13H30	Accueil : confirmation des engagements et installation du jury, échauffement							Ateliers successifs par équipe : 🚶 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>
14h30	50m H POF	BEF + MIF	MIM		MIF	BEM	POM	
14h45	50m H POM							
15h10		POF	BEM		MIM	MEF		
15h15	50m BEM							
15h30	50m BEF							
15h45	80m MIF	BEM + MIM		BEF	BEF	BEF	POF	
16h00	80m MIM			POM (élan réduit)				
16h15	1000m BEF + MIF				BEM	MIM		
16h30	1000m BEM + MIM			MIF				
17h	Remise des récompenses							
Eveils : Kid Athlé, contenu en pièce jointe								
Poussines : 50m haies / hauteur / vortex								
Poussins : 50m haies / triple-saut (élan réduit) / vortex								
Benjamines : 50m / 1000m / hauteur / triple-saut / disque / poids								
Benjamins : 50m / 1000m / hauteur / longueur / disque / poids								
Minimes féminines : 80m / 1000m / hauteur / triple-saut / disque / poids								
Minimes masculins : 80m / 1000m / hauteur / longueur / disque / poids								



TRIATHLON JEUNES AJM ATHLETISME

**Samedi 15 juin 2024
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 12 JUIIN :

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)