

Programme 1er étape Corrèzienne
 Challenge régional des écoles d'athlé
 Dimanche 17 Décembre 2017 USSEL

10h30 Ouverture du secrétariat remise des fiches d'équipes

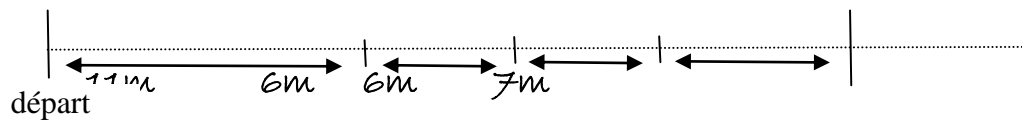
Vers 12h30 Pause déjeuner (pique nique) d'environ 45 min

Déroulement

Horaires	Epreuves	
	Gymnase 1(bois)	Gymnase 2(vert)
10h30	ECHAUFFEMENT	
11h00	Pentabond PO	30 m haies EA
	Pentabond EA	30 m haies PO
12h30 Pause déjeuner		
13h15	Poids PO+EA	
14h00	Endurance EA	Endurance PO
	Fin des épreuves, résultats et goûter	
15h30	Fin de la manifestation	

Courses :

30 m haies : mini PO 0,40 PO 0,50



Lancers :

Poids 1,5 kg Lancer arrière

5 postes

Sauts :

Pentabond (3 essais)

Endurance :

Parcours d'environ 150m. Course pendant 6min pour les EA et 8 min pour les PO, on compte le nombre de passage de l'athlète à 2 points du parcours puis on additionne les points de chaque équipier.

PREVOIR UN PIQUE NIQUE