



**U.L.A.Q.C.**

## TRIATHLON POUSSINS

**Samedi 28 mai 2016 -  
Stade Bréhoulou - Fouesnant**

### Règlement

Triathlon : 1 course au choix, 1 saut, 1 lancer

3 essais : Longueur, Anneau, Balle

### Epreuves

POF : 40m.Haies, 50m, 1000m, Longueur, Lancer d' Anneau + Relais 4 x 60m

POM : 40m.Haies, 50m, 1000m, Hauteur, Lancer de Balle + Relais 4 x 60m

Possibilité de faire une 2<sup>e</sup> course différente, facultative : seule la meilleure des 2 comptera pour le Triathlon

Réunion et mise en place des jurys : 13 h 40

COURSES	HORAIRE	CONCOURS (2 ateliers "ouverts") ...			
		LONGUEUR	ANNEAU	BALLE	HAUTEUR
50m POF	14 h	POF 1	POF 1	POM 1	POM 1
		POF 2	POF 2	POM 2	POM 2
50m POM	14 h 45				(*)
40m.haies POF	15 h 30				
40m.haies POM	15 h 45				
1000m POF	16 h				
1000m POM	16 h 30				
Relais POF	17 h				
Relais POM	17 h 15				

Pour la Hauteur, il y aura 2 sautoirs :

le sautoir 1 commencera à 0,70 pour les POM 1 (ou plus bas si nécessaire)...

le sautoir 2 commencera à 0,75 pour les POM 2 (à définir sur place...) : montées de 5 en 5cm.

(\*) Pour le 1<sup>er</sup> concours : priorité aux participants du 50m.

Tous les ateliers pourront être doublés, si le nombre de juges est suffisant...

Goûter, proclamation des résultats et remise des récompenses

17 h 30

Jury : 1 pour 5 athlètes à adresser le 25 mai 2016 au plus tard à : [bleuzen.christian50@orange.fr](mailto:bleuzen.christian50@orange.fr)

Inscription des athlètes sur le site du CD 29

NB : nous utiliserons les fiches individuelles de couleur (jaune POM et verte POF)