



Athlétisme >>> triathlon au stade de Migné-Auxances Mercredi 3 Octobre 2018

publié le 22/09/2018

un triathlon : une course + un saut + un lancer

L'épreuve >>> un triathlon : une course + un saut + un lancer

(on cumule des points à chaque atelier qu'on additionne pour les résultats)

BENJAMINES et BENJAMINS (10, 11, 12 ans)

- une course de 50m – 1 seul essai
- un saut (pentabond) – 3 essais
- un lancer (médecin ball ou vortex ou poids) – 3 essais
- un 1000 m
- un relais (si on a le temps)

MINIMES et CADETS

- une course de 50m – 1 seul essai
- un saut (longueur, triple saut ou hauteur (8 essais au total seront accordés (nombre d'essais réduit à 6 si manque de temps).
- un lancer (médecin ball ou vortex ou poids) – 3 essais
- un 1000 m

>>> prévoir des vêtements chauds et adaptés à la météo, une bouteille d'eau

>>> inscrivez-vous rapidement sur la cahier UNSS et Association Sportive du collège Jean MONNET Lusignan (avant lundi 1er octobre, pour commander le bus)

Retour au gymnase de Lusignan à 17 h 30 pour tous

(Pensez à prévenir vos parents)

Document joint

 [Athlétisme triathlon au stade de Migné-Auxances](#) (PDF de 78.4 ko)



**Académie
de Poitiers**

Avertissement : ce document est la reprise au format pdf d'un article proposé sur l'espace pédagogique de l'académie de Poitiers.

Il ne peut en aucun cas être proposé au téléchargement ou à la consultation depuis un autre site.