



# MERCREDI 4 OCTOBRE - ATHLETISME AUTOMNAL ou entraînement multi-activités

publié le 03/10/2017

Ouvert à toutes les catégories d'âge

TRIATHLON pour tous

BENJAMINS (6ème et 5ème)

- ▶ une course de 50m et ou 1000m
- ▶ un saut (pentabond)- 3 essais
- ▶ un lancer (médecin ball ou vortex)- 3 essais

MINIMES (4ème et 3ème)

- une course de 50m et/ou 1000m
- un saut (longueur, triple saut ou hauteur) - 3 essais
- un lancer (médecin ball ou vortex ou poids)-3 essais

Autorisation parentale à rendre avant le 29/09

DEPART : 12h20 - Sortie de cours à 11H45 pour aller manger

RETOUR : 17h30 environ

LICENCE A JOUR ET AUTORISATION PARENTALE RENDUE AVANT LE 29/09

Ceux qui ne souhaitent pas faire la compétition d'athlé pourront faire un entraînement de 13h30 à 15h30 au gymnase



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.