

# *Anim'Athlé*

## *Sainte Maure Athlétic Club*

*Samedi 07 novembre 2015*

*Gymnase, rue du Louroux*

### **REGLEMENT :**

#### Catégories :

- *Eveil athlétique et poussin*

#### Horaires :

- *Inscriptions de 14 h à 14 h 30*
- *Echauffement collectif : 14 h 45*
- *Début des épreuves : 15 h*
- *Goûter et remise de récompenses : 17 h*

#### Équipe :

*Les enfants des catégories E.A. et PO seront regroupés en équipe mixte ou non, de 5 à 8 athlètes.*

*Chaque épreuve comptera 8 participations (pour une équipe de 5, à tour de rôle, 3 athlètes effectueront 2 participations).*

*En cas d'équipe incomplète, les organisateurs pourront compléter les équipes sur place en mélangeant les enfants de différents clubs.*

*Chaque club devra fournir 1 encadrant par équipe qui sera chargé du suivi de cette dernière.*

#### Récompense :

- *Médailles pour tous (offert par Intermarché)*
- *friandises*
- *Trophées aux 3 premières équipes*

# Programmes

## Six épreuves :

- *Marche athlétique* (notée sur la technique)
- *Haut les mains*  
(Médecine-ball : je lance loin en arrière)  
*Eveil athlétique* : 1 kg 500  
*Poussin (e)* : 2 kg
- *Le guépard bondissant*  
(Relais : je cours et je franchis tous les obstacles le plus vite possible)
- *Cercle du soleil*  
(Javeline : je lance avec précision pour atteindre la zone cible)
- *La course du géant*  
(Je vais le plus loin possible en posant un seul pied dans chaque zone)
- *La marelle*  
(Parcours en rebondissant pieds serrés et pieds écartés)