

AS. STRASBOURG

JOURNÉE JEUNES INDOOR
Animation Secteur Centre
Poussins - Benjamins -

Date : dimanche **24 novembre 2019**

Lieu : A.S.S - Gymnase de la Rotonde à STRASBOURG CRONENBOURG

Clubs concernés : **A.S.P.T.T. STRASBOURG**
R.C. STRASBOURG
A.S. CHEMINOTS DE STRASBOURG
ILL BRUCHE ATHLÉTISME LINGOLSHEIM
FEGERSHEIM ATHLETISME
VENDENHEIM ATHLETISME
MOLSHEIM A.C.
AS. STRASBOURG

Nota: Les épreuves sont ouvertes aux athlètes nés (es) en 2007-2008-2009-2010-

Programme Horaire :

9 H 00	Ouverture de la salle	
9 H 30	Courses 2 x 30 m plat	Masculins
	Courses 2 x 30 m haies	Masculins
	Sauts et lancers	Féminines
10 H 30	Courses 2 x 30 m plat	Féminines
	Courses 2 x 30 m haies	Féminines
	Sauts et lancers	Masculins
11 H 30	Relais 4 x 1 tour	

L'horaire pourra être adapté en fonction du nombre de participants

EPREUVES PROPOSÉES

2 X 30 METRES

2 X 30 METRES HAIES

Hauteur (montée de barre de 5 cm en 5 cm)

Triple saut 4 essais avec élan réduit de 7 m

Médecine-ball (POIDS) 4 essais POF – POM - BEF 2 kg - BEM 3 kg

Lancer balle volley 4 essais

Relais 4 x 1 tour (possibilité de faire des relais mixtes)

Limitation des épreuves pour les POUSSINS : 1 course – 1 saut – 1 lancer

Sur place petite buvette, boissons, café, thé et gâteaux.



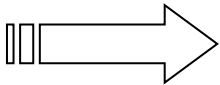
**Sports Réunis
Obernai
Athlétisme**

*COMPETITIONS INDOOR BAS-RHIN SUD COSEC OBERNAI
BE-MI*

DIMANCHE 24 Novembre 2019

PRESENCE DES ATHLETES OBLIGATOIRE A 8H00 AU PLUS TARD

8H00	Ouverture de la Salle
8h45	50M BE.MI. F
9h00	50M haies BE.MI. F Hauteur A+B BE.MI. F Triple-saut BE.MI. F
9h30	50M haies MI.BE. M Poids BE.MI. M
10h00	50M BE.MI. M
10h30	Hauteur A+B .BE.MI. M Triple-saut BE.MI. M Poids .BE.MI. F



**INSCRIPTION CHEZ VERONIQUE Le lundi à l'entraînement
ou par email : wuttmann.vero@wanadoo.fr
Pour le 20 Novembre 2019 au plus tard
Aucune inscription sur place.**

ENGAGEMENTS PREALABLES OBLIGATOIRES AUPRES DE VERONIQUE WUTTMANN.

**sur fiche d'nscription ou par email : wuttmann.vero@wanadoo.fr au plus tard le vendredi
avant la compétition.**

L'utilisation de chaussures à pointes de 6mm est autorisée pour le Sprint, les haies et la hauteur, mais interdite pour le Triple-saut et les lancers.