

# AS. STRASBOURG

## JOURNÉE JEUNES INDOOR Animation Secteur Centre Poussins U12 – Benjamins U14 -

Date : Dimanche 12 novembre 2023

Lieu : AS. STRASBOURG - 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 2013-2014-2011-2012*

### 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

L'horaire pourra être adapté en fonction du nombre de participants  
Inscriptions Petites Fiches à Préparer à L'Avance...

### EPREUVES PROPOSÉES

2 X 30 Mètres

2 X 30 Mètres Haies

#### Hauteur :

(montée de barre de 5 cm en 5 cm)

1<sup>ère</sup> Hauteur POF – 0.90 m

POM – 1.00 m

BEF - 1.00 m

BEM – 1.10 m

#### Triple saut :

4 essais avec élan réduit à 7 m

Avec un minimum de Connaissance du TRIPLE SAUT.

#### Poids :

4 essais POF – POM - BEF 2 kg - BEM 3 kg

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

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