



Meeting d'inauguration de la piste de La Plaine des Sports ALENÇON



www.a3alencon.fr
a3alencon@gmail.com

SAMEDI 25 MAI 2013

Le programme propose un kid'Athlé pour EA et Poussins,
un triathlon pour Poussins (es)2, Benjamins(es) et Minimes*
des épreuves ouvertes à partir de Cadets
un 5 000 m** support championnat régional à 17h15

➤ OUVERT à tous :

↳ **Licenciés** FFA, FSGT, UNSS, UGSEL, etc. (se munir de sa licence)

↳ **Non-licenciés**, se munir d'un certificat médical datant de moins d'un an et portant mention de « non contre-indication de la pratique de l'athlétisme en compétition »

➤ 13 h 00 Début des inscriptions

* Des cadeaux seront offerts au triathlon.

* **le 5000 m ouvert uniquement aux licenciés FFA sera primé, renseignement auprès de l'organisateur.

TRIATHLON			EPREUVES OUVERTES		
Horaire	Epreuve	Catégories	Horaire	Epreuves	Catégories
14 h 00	50 m	PF, PO, BF et BG	14 h 00	javelot	CJESV
14 h 20	100 m	MF et MG	14 h 45	100 m Femmes	C.J.E.S.V
14 h 40	longueur hauteur	PF, BF et MF	15 h 00	100 m Hommes	C.J.E.S.V
15 h 00	poids A	PG, BG et MG	15 h 30	400 m	C.J.E.S.V – F
	poids B	PF, BF et MF	15 h 40	400 m	C.J.E.S.V – H
15 h 30	longueur hauteur	PG, BG et MG PG, BG et MG	16 h 00	1500 m	C.J.E.S.V
16 h 30	1000 m	PF,BF et MF	16 h 30	Hauteur	C.J.E.S.V – F C.J.E.S.V – H
16 h 45	1000 m	PG, BG et MG	17 h 15	5 000 m régional	JESV- H
			17 h 40	5 000 m régional	JESV- F

↳ Les épreuves C.J.E.V. H et F participeront au challenge départemental courses sauts lancers



KID'ATHLE EAF-EAG-PF-PG	
de 14 h 00	1 - Course 50 m plat 2 - Saut en longueur mesuré 3 - Lancer de vortex dans cible
à 17 h 00	4 - Relais en épingle 5 - Saut de grenouille 6 - Lancer médecine-ball debout, départ poitrine 7 - Course relais en circuit avec obstacles et par équipe



DECOFLAMME Sarl
Cheminées

➤ Les engagements sont à faire par courriel à l'adresse du club

a3alencon@gmail.com avant le vendredi 24 mai 2013.

➤ Engagements sur place et confirmations à faire au plus tard 30 minutes avant le début de l'épreuve.

➤ Prévoir 4 épingles pour le 5 000 m

➤ Les clubs devront prévoir un jury



Sablé
Couverture, Charpente

A3ALENCON a3alencon@gmail.com	
Président: Patrick Tranchant 06 16 86 38 40	Secrétaire: Philippe Peccate 06 08 03 70 04



Crédit Mutuel
LA banque à qui parler