

**Championnat Inter-Départemental d'athlétisme en salle Benjamins/
Minimes**

Mercredi 18 décembre 2019 - Valenciennes

Responsables de la compétition : Bernard Deschamps, Thierry Déprez, André Helle

Lieu : Palais des sports Nungesser. Avenue des sports - Valenciennes

Horaires : 13h00 Ouverture du secrétariat, formation du jury.
13h30 Début de la compétition - Fin vers 17h15

Remarques : Une limite d'engagement de 10 élèves par catégorie et par établissement.

Inscription uniquement sur USPORT pour le 11 décembre dernier délai.

1 seule épreuve de course comptabilisée (1 essai sur une deuxième épreuve de course est possible.

Je compte sur vous pour réserver cette deuxième course aux élèves aptes à la réaliser techniquement (haies) ou physiquement (1000 m) ; ceci afin de permettre à la compétition de se dérouler selon l'horaire prévue .

1 seule épreuve de saut autorisée par élève

Classement sur : 1 course, 1 saut et le lancer de poids.

Les horaires et rotations seront déterminés sur place en fonction des effectifs réels .

+++++

En parallèle est prévue une animation basée sur un quadrathlon pour les élèves ne pouvant être inscrits sur le triathlon inter-départemental mais voulant participer à des épreuves athlétiques:

- 50 m plat
- une course avec haies basses (0,50 m) composée de 5m d'élan et 6 haies intervalle 3m.
- Un saut 10 multibonds avec 3m de prise d'élan
- Un lancer sans élan de médecine ball 2kgs.

La liste des participants à cette animation est à envoyer à André Helle à helle.a@wanadoo.fr. Cette animation athlétique sera prise en charge par Bernard Deschamps.

+++++

Engagements pour l'UNSS :

A Monsieur André HELLE par Courriel (document au format XLS) : helle.a@wanadoo.fr