

**COMPETITION DU SAMEDI 16 MAI 2015**  
**U S VALENCIENNES ATHLETISME**  
**STADE PIERRE CAROUS**

**14H15 Confirmation des engagements**  
**Mise en place des ateliers et du jury.**

	Poussins	Benjamins	Minimes M	Poussines	Benjamines	Minimes F
<b>14h30</b>	Javelot Poids	Disque Javelot	Disque Javelot	Longueur Hauteur	Perche Hauteur Triple	Longueur Triple Hauteur
<b>15h30</b>	Longueur Hauteur	Longueur Triple Hauteur	Longueur Triple Hauteur	Disque Poids	Disque Javelot	Disque Javelot

**16h30 Courses**

Couloirs 3 à 7

Couloirs 1 et 2

100m Haies MM

80 m Haies MF

50 haies Benjamines Benjamins

50 haies Poussines Poussins

50m Poussins Poussines

50m Benjamines Benjamins

50m Minimes JF et JG

Marche Toutes catégories

Poussins Benjamins Minimes JG JF

**Rappel**

Les poussins et benjamins font **un triathlon classique** Course Saut Lancer

Les minimes peuvent faire soit

Un triathlon classique Course Saut Lancer

Un triathlon Technique 2 concours 1 course

Un triathlon Spécial marche 100haies ou 50 m 1 concours

8 essais plus essai en or pour la hauteur

3 essais pour les autres concours

Ne pas oublier de rendre la fiche individuelle à la fin de la compétition

Nom		Prénom		N°licence	
Club		Catégorie.....		Sexe :.....	
Vitesse 50m		Performance		..... " .....	
Longueur *		1 <sup>er</sup> essai	2 <sup>ème</sup> Essai	3 <sup>ème</sup> Essai	
Triple saut*					
POIDS DISQUE MARTEAU JAVELOT		1 <sup>er</sup> essai	2 <sup>ème</sup> Essai	3 <sup>ème</sup> Essai	
Hauteur					
Perche					
Marche		Performance		..... " .....	
50m Haies		Performance		..... " .....	

\*entourer l'épreuve choisie

_ Nom		Prénom		N°licence	
Club		Catégorie.....		Sexe :.....	
Vitesse 50m		Performance		..... " .....	
Longueur *		1 <sup>er</sup> essai	2 <sup>ème</sup> Essai	3 <sup>ème</sup> Essai	
Triple saut*					
POIDS DISQUE MARTEAU JAVELOT		1 <sup>er</sup> essai	2 <sup>ème</sup> Essai	3 <sup>ème</sup> Essai	
Hauteur					
Perche					
Marche		Performance		..... " .....	
50m Haies		Performance		..... " .....	

\*entourer l'épreuve choisie

Nom	Prénom			N°licence	
Club :.....	Catégorie : POUSSINS		BENJAMINS		Sexe : M / F
Vitesse 50m	Performance .....		..... " .....		
Longueur *	1 <sup>er</sup> essai		2 <sup>ème</sup> Essai		3 <sup>ème</sup> Essai
Triple saut*					
POIDS* DISQUE* MARTEAU JAVELOT	1 <sup>er</sup> essai		2 <sup>ème</sup> Essai		3 <sup>ème</sup> Essai
Hauteur					
Marche	Performance		..... " .....		
50m Haies	Performance		..... " .....		

\*entourer l'épreuve choisie

Nom	Prénom			N°licence	
Club	Catégorie.....		Sexe :.....		
Vitesse 50m	Performance		..... " .....		
Longueur *	1 <sup>er</sup> essai		2 <sup>ème</sup> Essai		3 <sup>ème</sup> Essai
Triple saut*					
POIDS DISQUE MARTEAU JAVELOT	1 <sup>er</sup> essai		2 <sup>ème</sup> Essai		3 <sup>ème</sup> Essai
Hauteur					
Perche					
Marche	Performance		..... " .....		
50m Haies	Performance		..... " .....		

\*entourer l'épreuve choisie

Nom		Prénom				N°licence	
Club		Catégorie.....	POU	BENJ	MIN	Sexe :.....	M/F
Vitesse 50m		Performance		..... "			
				.....			
50m Haies		Performance		..... " .....			