



**Notre
ambition**

CONSTRUIRE

POUR

RÉUSSIR !

**ANIMATION
JEUNES**

**DÉF
ATHLÉ**



8 avril 2023



Rejoignez-nous sur Facebook

eure.athle.com



**Notre
ambition**

CONSTRUIRE

POUR

RÉUSSIR !

KIDS EVEILS

AVRIL 2023



Rejoignez-nous sur Facebook

eure.athle.com

ANIMATIONS EVEILS/POUSSINS

PROGRAMME DU SAMEDI 8 AVRIL 2023 BERNAY et EVREUX

Planning :

Horaires	Eveils	Poussins
9h30	Accueil et confirmation des inscriptions	
10h00	Relais fortuné Lancer de marteau Saut en longueur Corde à sauter à 3 Lancer balles comètes Relais rapidité Relais marche obstacles et cible	Poids 50m haies Triple saut à 5m
	Rotation toutes les 8min	
12h00	Fin de l'animation	



Comité d'Athlétisme de l'Eure
BP 20313 - 27100 Val de Reuil
Tél. : 06 62 34 51 31
athletismedeleure@gmail.com



Rejoignez-nous sur
Facebook

eure.athle.com

Relais fortuné



OBJECTIF : voir schéma

CLASSEMENT: L'équipe qui ramène le + de coupelles a gagné

*Je Suis
Animateur.fr*

Comité d'Athlétisme de l'Eure
BP 20313 - 27100 Val de Reuil
Tél. : 06 62 34 51 31
athletismedeleure@gmail.com

Descriptif

Faire un carré de 20/20m

1 plot de départ pour chaque équipe

2 plots distinctifs pour l'entrée de l'équipe

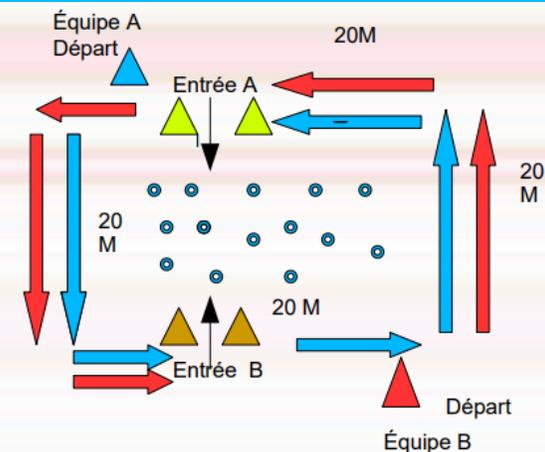
20 coupelles numérotées de 1 à 20

Au coup de sifflet le 1er de chaque équipe part

Le juge lors de leur course donne le n° de coupelle
Le premier qui trouve la coupelle la ramène dans son camp.

Et ainsi de suite . L'équipe qui gagne et celle qui a le plus de coupelles.

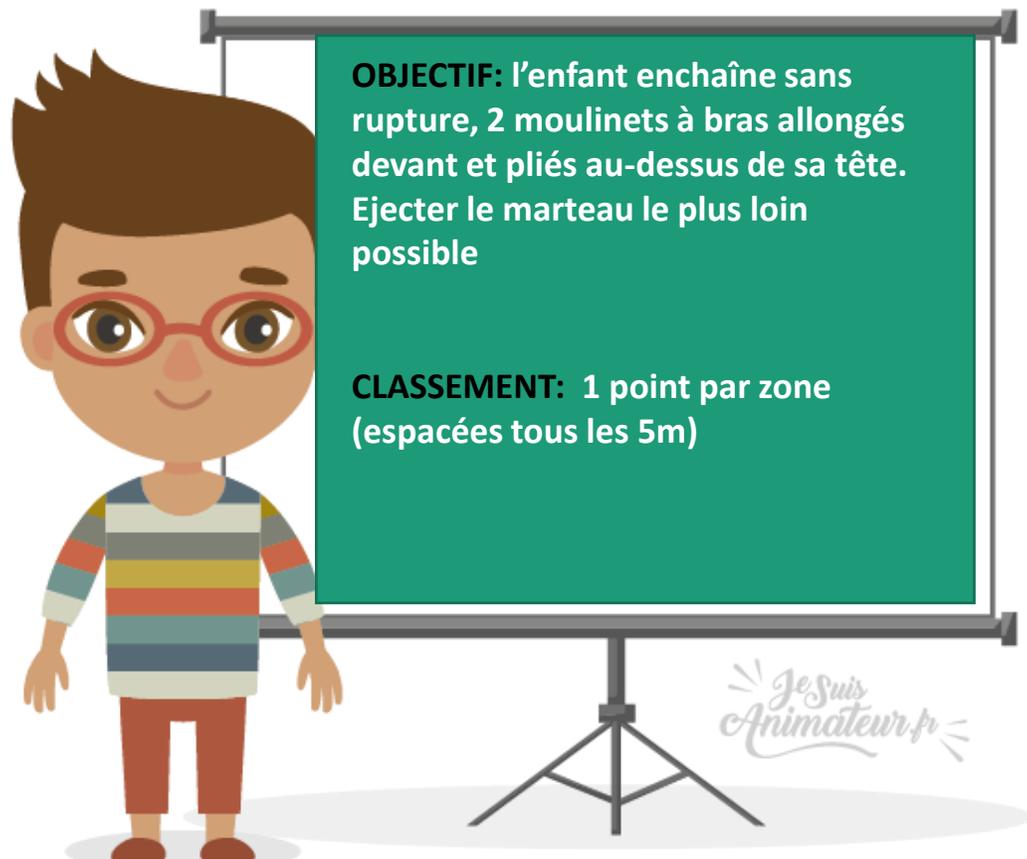
Résultat = le nombre de coupelles



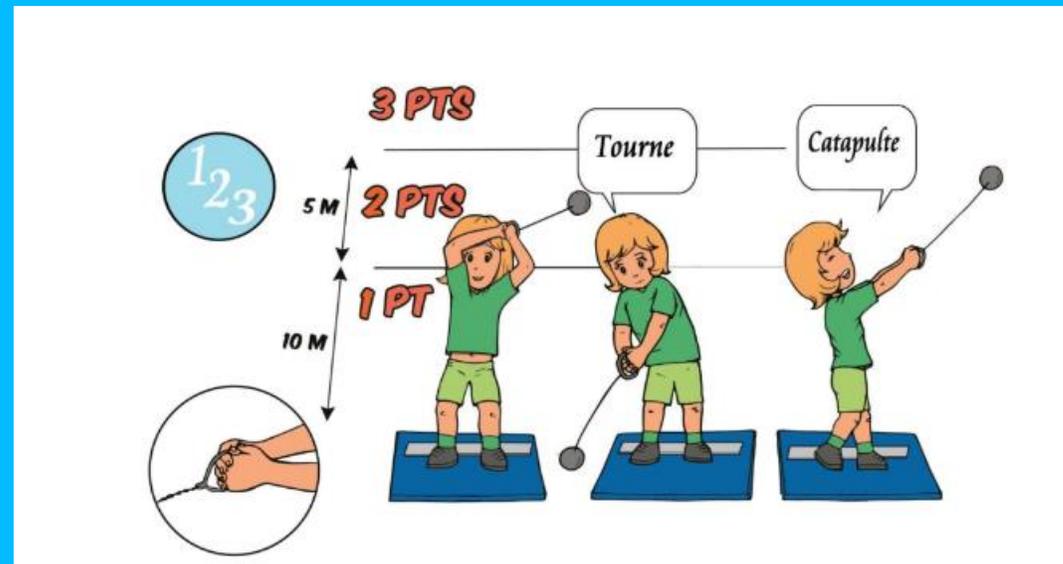
Rejoignez-nous sur
Facebook

eure.athle.com

Lancer de marteau



Comité d'Athlétisme de l'Eure
BP 20313 - 27100 Val de Reuil
Tél. : 06 62 34 51 31
athletismedeleure@gmail.com



Rejoignez-nous sur
Facebook

eure.athle.com

Saut en longueur

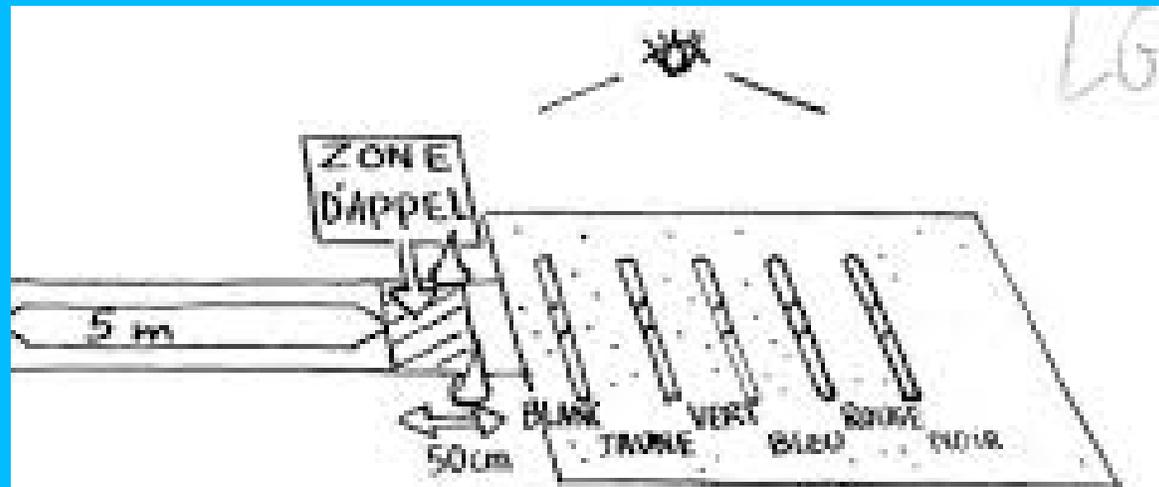


OBJECTIFS: avec un élan de 5m, l'enfant réalise un saut en longueur en atterrissant pieds joints. Il doit aller le plus loin possible. Impulsion à 1m du bac à sable.

CLASSEMENT: 1 point par zone (ici en couleur)

*Je Suis
Animateur.fr*

Comité d'Athlétisme de l'Eure
BP 20313 - 27100 Val de Reuil
Tél. : 06 62 34 51 31
athletismedeleure@gmail.com



Rejoignez-nous sur
Facebook

eure.athle.com

Corde à sauter à 3



OBJECTIFS: Faire le plus de rebonds en 40s (pour celui qui saute). Au bout des 40s, l'enfant change de poste et ainsi de suite jusqu'à ce que tout le monde puisse réaliser l'exercice

CLASSEMENT: faire le plus de rebonds possibles

*Je Suis
Animateur.fr*

Comité d'Athlétisme de l'Eure
BP 20313 - 27100 Val de Reuil
Tél. : 06 62 34 51 31
athlismedeleure@gmail.com



Rejoignez-nous sur
Facebook

eure.athle.com

Lancer de balles comètes

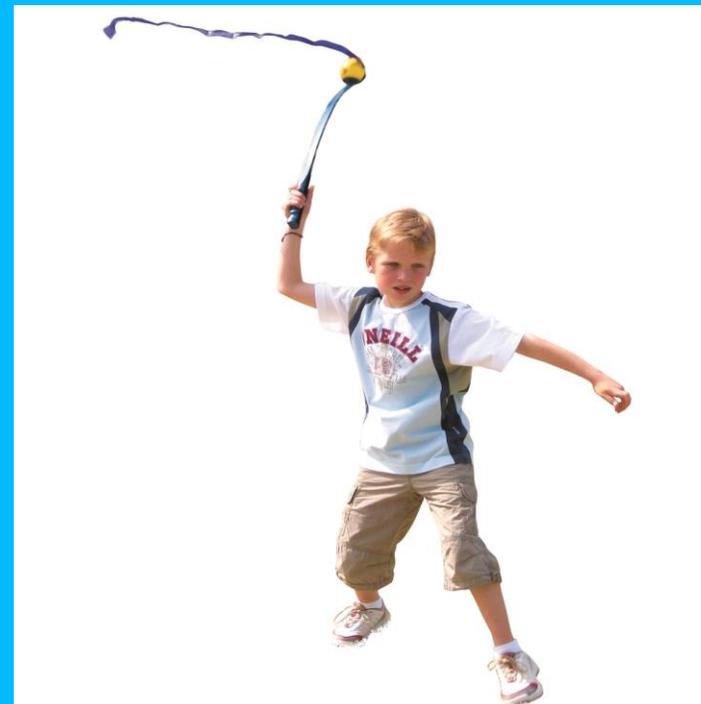


OBJECTIFS: Faire plusieurs zones (5m):
5pts 1^{ère} zone, 10 pts 2^{ème}, 15pts 3^{ème}.
Passage individuel

CLASSEMENT: Aller le plus loin possible et récolter le plus de points possible pour son équipe.

*Je Suis
Animateur.fr*

Comité d'Athlétisme de l'Eure
BP 20313 - 27100 Val de Reuil
Tél. : 06 62 34 51 31
athletismedeleure@gmail.com



Rejoignez-nous sur
Facebook

eure.athle.com

Relais rapidité

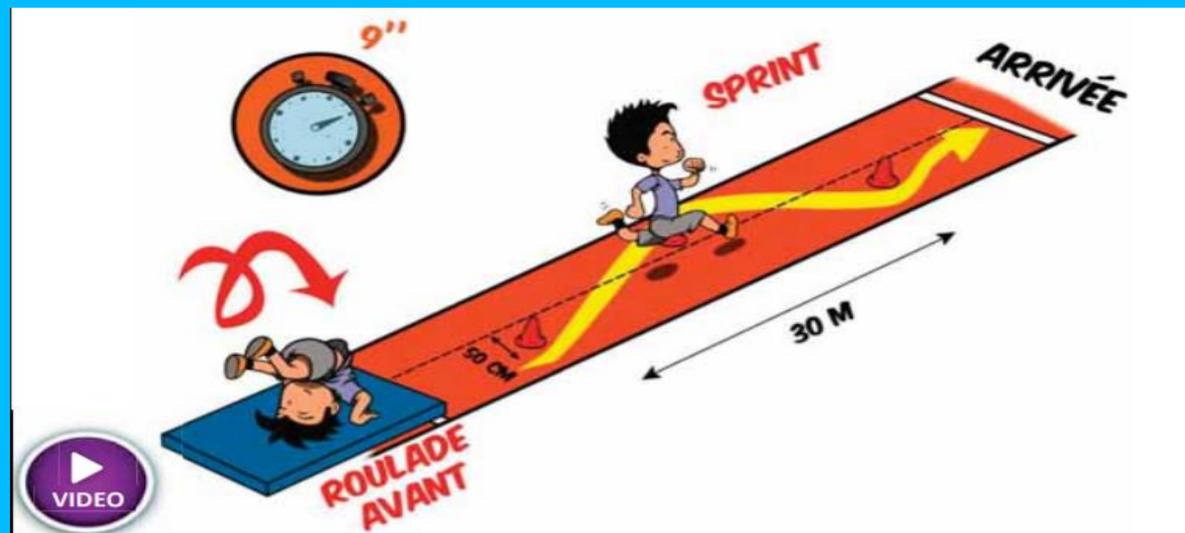


OBJECTIFS: j'enchaîne une roulade avant et un slalom de 30m

CLASSEMENT: arriver en moins ou égal à 9"

*Je Suis
Animateur.fr*

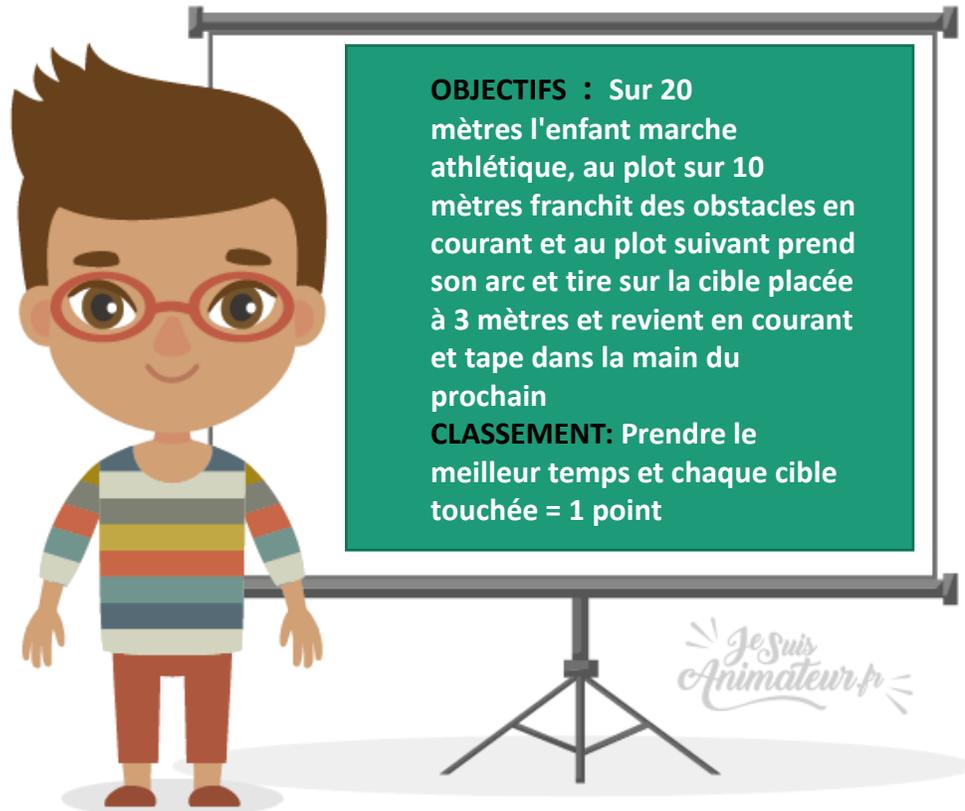
Comité d'Athlétisme de l'Eure
BP 20313 - 27100 Val de Reuil
Tél. : 06 62 34 51 31
athlismedeleure@gmail.com



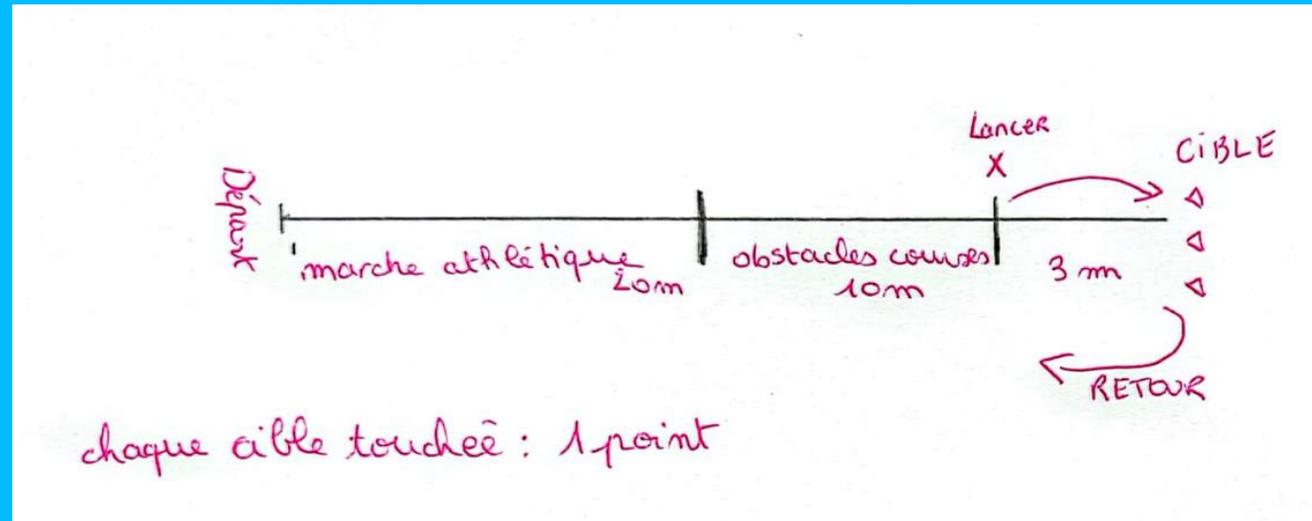
Rejoignez-nous sur
Facebook

eure.athle.com

Relais marche & obstacles et cible robin des bois



Comité d'Athlétisme de l'Eure
BP 20313 - 27100 Val de Reuil
Tél. : 06 62 34 51 31
athletismedeleure@gmail.com



Rejoignez-nous sur
Facebook



eure.athle.com



**Notre
ambition**

CONSTRUIRE

POUR

RÉUSSIR !

**Animation
POUSSINS**

**DÉF
ATHLÈ**



AVRIL 2023



Rejoignez-nous sur Facebook

eure.athle.com

POUSSINS

TRIATHLON POUSSINS

Programme

Poids

50m haies

Triple saut à 5m

Règlement 3 essais par athlète dans les concours



Comité d'Athlétisme de l'Eure
BP 20313 - 27100 Val de Reuil
Tél. : 06 62 34 51 31
athletismedeleure@gmail.com



Rejoignez-nous sur Facebook

eure.athle.com