



## **KID ATHLETICS**

**EA le 11 janvier 2020 au Gymnase des Aiguillettes à Villers-lès-Nancy**  
**10H /12H30**

En équipe de 10 MAXIMUM, les enfants (nés en 2011, 2012 et 2013), concourront sur

**9 ateliers, trois de lancer, trois de saut, trois de course.**

### **DÉROULEMENT :**

- 10 H Accueil des enfants, dépôt des équipes définitives.
- 10 H 15 Echauffement collectif
- 10 H 30 Début du Kid's athlé
- 12 H 15 Annonce des résultats remise des récompenses et du gouter.
- 12 H 30 Fin du Kids athlé

### **LISTE DES EPREUVES**

#### **COURSES :**

- Endurance.
- Relais navette formule 1
- Relais haies.

#### **LANCERS :**

- Lancer de vortex sur cible.
- Lancer de Médecine Ball (lancer libre avec 2 mains sans élan et interdiction de lancer en arrière)
- Lancer d'anneau libre.

#### **SAUTS :**

- Saut en croix
- Saut de grenouille
- Triple bonds (3 foulées bondissantes)

→ Pour le bon déroulement de la rencontre, chaque équipe sera accompagnée d'un chef d'équipe et un encadrant d'atelier.

→ Afin de préparer au mieux ce Kid's athlé , merci de renvoyer vos feuilles d'inscription avant le jeudi 9 janvier 2020 à 20H à [notebaert.anthony@orange.fr](mailto:notebaert.anthony@orange.fr) et [michelmag2@wanadoo.fr](mailto:michelmag2@wanadoo.fr)