



Triathlon Poussin et Kid athlé EA

Samedi 23 octobre 2021

Stade Bernard BECAVIN

16100 COGNAC

	PO		EA
14h	<i>Accueil et échauffement</i>		<i>Accueil et échauffement</i>
14h30	<i>PM lancer balle</i>	<i>PF longueur</i>	
15h15	<i>50m haies</i>		<i>Kid athlé</i>
16h	<i>PM longueur</i>	<i>PF lancer balle</i>	
16h45	<i>Relais 4 x 50m</i>		
17h	<i>Récompenses et fin de réunion</i>		

Triathlon POF et POM : 50m haies, longueur et lancer balle (3 essais)

Le kid athlé des EA sera composé de 4 épreuves :

- relais haies transmission arrêtée (fiche 24)
- la marelle (fiche 7)
- pousse pousse debout (fiche 1)
- endurance 6'

Inscriptions souhaitées avant le 22/10 : secretariat@cognacathle.fr