

Les inscriptions définitives et nominatives devront parvenir aux deux adresses mails ci-dessous pour le **Lundi 17 février 2025 à 23h59 dernier délai.**

c.rongier63@gmail.com
melissatourdias@gmail.com

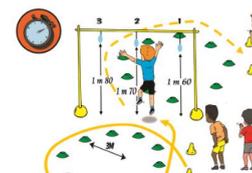
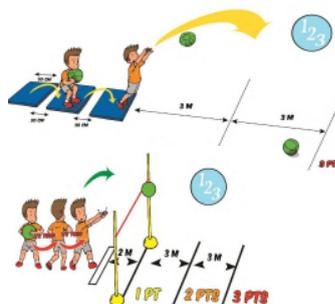
Équipes de 10 maximum, 8 équipes poussins, 8 équipes éveils
Places limitées à 160 enfants

Les horaires de la rencontre sont les suivants :

- 1 9H00 - 9H25 : Confirmation des équipes + explications
- 2 9H30 - 10H00 : Échauffement + Activités (6 ateliers, 8 min par atelier sauf pour les activités à 2 équipes, 16 min)
- 3 11H05 - 12h00 : Course de durée + remise des récompenses

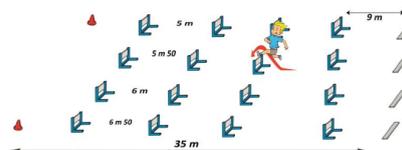
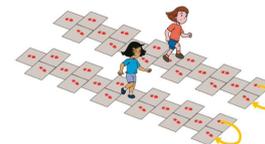
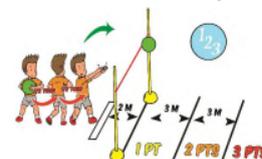
EVEILS :

- 1 Relais F1 : Mini haies – slalom – cerceaux
- 2 Le parcours bondissements
- 3 Chasse le plot but
- 4 Duel marelle
- 5 Lancer de vortex : lancer de précision
- 6 Lancer de médecine-ball : Grenouille-pousse



POUSSINS :

- 1 Relais F1 : Haies – slalom – cerceaux
- 2 Défi haies
- 3 Saut en longueur
- 4 Coup de tête en cercle : circuit impulsion avec élan curviligne
- 5 Lancer de vortex : lancer de précision
- 6 Lancer de médecine-ball : Pivot pose-pousse



Les ateliers peuvent être légèrement modifiés en fonction du matériel et de la place disponible.

Nous demandons aux clubs de préparer quelque peu cette animation grâce à la fiche des activités.