

Les premières foulées **BRUNY SURIN**

Olympiades d'hiver en gymnase à Shawinigan



Dimanche le 24 janvier 2016 - De 10h00 à 17h00

Au complexe sportif de
l'École secondaire des Chutes
5285, avenue Albert-Tessier, Shawinigan.

Bonjour chers enseignants, entraîneurs et athlètes,

Nous invitons tous les jeunes **benjamin(e)s 2003-2004**, **minimes 2005-2006**, **colibris (2007 et +)** de votre école ou de votre club d'athlétisme à participer à une rencontre de mini-olympiades en gymnase qui se tiendra le **dimanche le 24 janvier 2016** prochain à l'École secondaire Des Chutes à Shawinigan.

Les mini-olympiades d'hiver sont une compétition d'athlétisme en gymnase organisée au Centre-Mauricie, et l'événement s'adresse à tous les jeunes intéressés à vivre une belle compétition amicale. L'Événement est parrainé par la Fondation Bruny Surin « Mes premières foulées ».

Au programme, des épreuves de courses, de sauts et de lancers seront offertes par catégories d'âge. L'événement se déroulera de 10h à 17h et un coût de participation de 10\$ par élève vous sera demandé pour défrayer l'inscription. Vous avez jusqu'au **vendredi 22 janvier 2016** pour vous inscrire par internet à mmasterboy@hotmail.com.

Pour plus de renseignements ainsi que l'horaire de la journée, consultez les pages ci-après. Nous souhaitons vous voir en grand nombre pour cette première édition.

Michel St-Pierre, responsable de l'événement

Vous devez nous envoyer les renseignements suivants par courriel :

· **Nom, et prénom** · **Date de naissance** · **Téléphone** - **Nom de l'école** · **Choix d'épreuves**

Les participants pourront s'inscrire à un maximum de 5 épreuves parmi les suivantes :

· **35m sprint** · **35m haies** · **600m** · **saut en longueur sans élan** · **saut en hauteur** · **lancer du poids**

Les 5 premiers de chaque épreuve récolteront des points pour le classement cumulatif.

Inscription obligatoire d'ici le 21 janvier 2016. Aucune inscription sur place. Les frais de 10\$ seront payables à l'accueil à votre arrivée au complexe sportif de l'École secondaire des Chutes.



RSEQ



Dimanche le 24 janvier 2016
École Secondaire des Chutes à Shawinigan

INSTALLATIONS ET ÉQUIPEMENTS :

- Trois gymnases jumelés donnant 45m de long
- Gradins pour les spectateurs
- Piste ovale de 100m de périmètre
- Cinq corridors de sprint
- Chrono électronique opéré par un professionnel
- 15 haies flexibles en bois
- Matelas de saut en hauteur en bout de piste pour la sécurité des sprinteurs
- Une aire de lancer du poids avec butoir.
- Deux aires de sauts avec matelas

PROGRAMME PAR CATÉGORIE :

- Colibris (35m sprint, 35m haies, 600m, longueur sans élan, hauteur, poids)
- Minimes (35m sprint, 35m haies, 600m, longueur sans élan, hauteur, poids)
- Benjamins (35m sprint, 35m haies, 600m, longueur sans élan, hauteur, poids)

RÉCOMPENSES :

- Rubans aux 5 meilleurs de chaque épreuve.
- Médailles aux 3 premiers de chaque catégorie selon le cumulatif des points récoltés au total des 5 épreuves.
- Bannières pour chaque catégorie remises à la meilleure école.

HORAIRE PRÉLIMINAIRE :

09h00 Accueil des participants	13h00 35m sprint (colibris)
10h00 35m haies (colibris)	13h00 Lancer du poids (minimes)
10h00 Longueur (minimes)	13h30 35m sprint (benjamins)
10h00 Hauteur (benjamins)	14h00 Lancer du poids (colibris)
11h00 35m haies (minimes)	14h00 35m sprint (minimes)
11h00 Longueur (benjamins)	14h30 Lancer du poids (benjamins)
11h00 Hauteur (colibris)	15h00 600m (colibris)
12h00 35m haies (benjamins)	15h30 600m (minimes)
12h00 Longueur (colibris)	16h00 600m (benjamins)
12h00 Hauteur (minimes)	16h20 remise des prix (médailles et trophée perpétuel)
Pause dîner de 12h30 à 13h00	16h30 fin de l'activité

INSCRIPTION :

- Envoyer les infos pour votre inscription à mmasterboy@hotmail.com d'ici le **21 janvier** 2016.
- Les inscriptions seront payables sur place à votre arrivée à la compétition (avant 10h00)
- Vous recevrez alors votre dossard de compétition pour la durée de l'événement.

AUTRES RENSEIGNEMENTS :

- Espadrilles obligatoires pour courir et circuler dans le gymnase
- Pas de souliers à crampons
- Les manteaux et bottes seront laissés au vestiaire.
- Apporter un cadenas si nécessaire.
- Ne pas apporter de jeux électroniques svp. (pas responsable des vols)
- Apporter votre bonne humeur et votre sourire.
- Haies de 21' pour les colibris, 24' pour les minimes et 30' pour les benjamins
- Poids de 1.5kg pour les colibris, 2kg pour les minimes, 2kg pour les benjamins filles et 3kg pour les benjamins garçons.

N.B. Pour toutes questions, communiquer par courriel à l'adresse suivante mmasterboy@hotmail.com

Merci et à bientôt. Votre hôte, le **Club d'Athlétisme de l'Énergie**.

Partenaire :



Partenaire :



Partenaire :



Partenaire :



Partenaire :



Organisateur :

