

Olympiade de Gatineau Non-Sanctionnée FQA

Dimanche 14 août 2016

Endroit :

Piste d'athlétisme Mont-Bleu, École secondaire Mont-Bleu,
389 Boulevard Cité des Jeunes, Gatineau (Secteur Hull)

Responsable :

Club d'athlétisme de Gatineau, Donald Côté,
Cellulaire : (819)-743-5544

Informations : donaldcote@athletismegatineau.ca

Site: www.athletismegatineau.ca

Heure :

De 12h00 à 18h00. Les compétitions débuteront à 13h30.

L'horaire officiel sera disponible le 11 août sur le site :

www.athletismegatineau.ca

(Selon le nombre d'inscriptions, il pourrait y avoir des changements à l'horaire)

Inscription :

Les inscriptions doivent être acheminées au plus tard le **7 août 2016** à l'adresse suivante sur le formulaire : donaldcote@athletismegatineau.ca

Inscription après le 7 août 2016 : **Double du prix**

*Frais d'inscription :

	Une épreuve	Max 4 épreuves
Athlètes du club d'athlétisme de Gatineau	10 \$	15 \$
Autres athlètes	15 \$	20 \$

Les frais sont payables sur place avant 13h00.

(Argent comptant ou chèque émis par un club avec une copie des inscriptions)

* L'affiliation à la Fédération Québécoise d'athlétisme pour les catégories Coccinelle, Colibri, Minime et Benjamin n'est pas obligatoire.

Nourriture (cantine) :

Un service de cantine sera disponible sur le site de la compétition.

Renseignements techniques et règlements

Installations :

- Piste de 400m, 8 couloirs en ligne droite et 6 couloirs en courbe;
- L'aire de lancer du poids se trouve dans un cercle en béton;
- L'aire d'élan du lancer du javelot sera sur le gazon.

Équipement :

- Tout le matériel (poids, javelot) sera fourni par le comité organisateur. Ce matériel sera le seul à pouvoir être utilisé. Il n'y aura pas de bloc de départ.
- Les souliers avec crampons de 7 mm maximum sont permis.
- Les souliers à crampons de soccer sont interdits.

Chronométrage :

Le chronométrage s'effectue de façon manuelle.

Catégories :

Coccinelle : 2009 et après

Colibri : 2007-2008

Minimes : 2005-2006

Benjamins : 2003-2004

Surclassement :

Le surclassement autorisé est d'une seule catégorie.

Limites d'épreuves par athlète :

Un maximum de 4 épreuves plus un relais est autorisé par athlète. Les 4 épreuves seront réparties de la façon suivante : 3 épreuves de piste et 1 épreuve de pelouse **ou** 3 épreuves de pelouse et 1 épreuve de piste **ou** 2 épreuves de piste et 2 épreuves de pelouse.

Bénévoles :

Toutes les personnes qui veulent donner un coup de main comme bénévole lors de cette journée, veuillez envoyer votre nom à Donald Côté par courriel.

Chambre d'appel :

Il n'y aura pas de chambre d'appel, tous les athlètes devront se rendre directement à leur épreuve 10 minutes avant le début de leur épreuve.

Jumelage :

S'il y a peu d'athlètes inscrits dans une catégorie/épreuve, il y aura un jumelage avec une autre catégorie.

Les haies :

Catégorie	Distance (en mètres)	Nombre de haies	Hauteur (en pouces)	Début à la 1 ^{ère} (en mètres)	Entre les haies (en mètres)	Dernière à l'arrivée (en mètres)
Coccinelle	60	6	15	12	7	13
Colibri	60	6	18	12	7	13
Minime	60	6	24	12	7	13
Benjamin	80	8	30	12	7,5	15,5

Lancers :

Chaque athlète effectuera 3 lancers.

Saut en longueur :

- Pour la catégorie Coccinelle, ce sera sans élan;
- Pour les catégories colibri et minime, il y aura une zone d'appel;
- Pour la catégorie benjamin, la planche sera utilisée;
- Chaque athlète effectuera trois sauts.

Relais :

- Les équipes peuvent être toutes catégories;
- Les équipes peuvent être mixtes;
- Possibilité de former des équipes sur place (si vous n'êtes pas 4).

Récompense :

- Une médaille de participation sera remise à tous les athlètes.
- Aucune récompense pour les relais 4 x 60m (Navette)

FILLES ET GARÇONS

ÉPREUVE	Coccinelle	Colibri	Minime	Benjamin
60m	X	X		
80m			X	X
150m	X	X		
400m			X	X
600m		X		
1 000m			X	X
60m haies	15 po	18 po	24 po	
80m haies				30 po
Longueur	Sans élan	X	X	X
Poids	Balle lestée (500g)	Balle lestée (1kg)	2kg	F = 2kg G = 3kg
Javelot			400g	F = 400g G = 600g
800m marche			X	X
4 x 60m (Navette)	X	X	X	X

Horaire provisoire de la journée :

L'horaire officiel sera disponible le 11 août sur le site :

www.athletismegatineau.ca

Heure	Épreuve		
12h00	Arrivée des athlètes		
13h00	*Échauffement ouvert à tous		
	Piste	Pelouse	
		Lancer	
13h30	80m haies Benjamin (F – M)	13h30	Poids (Balle lestée) Colibri (F – M)
	60m haies Minime (F – M)		Poids (Balle lestée) Coccinelle (F – M)
	60m haies Colibri (F – M)		Poids Benjamin (F – M)
	60m haies Coccinelle (F – M)		Poids Minime (F – M)
	1 000m Minime (F – M)		Javelot Minime & Benjamin (F – M)
	1 000m Benjamin (F – M)		
	60m Coccinelle (F – M)	Saut en Longueur	
	60m Colibri (F – M)	13h50	Longueur Benjamin (F – M)
	80m Minime (F – M)		Longueur Minime (F – M)
	80m Benjamin (F – M)		Longueur Coccinelle (F – M)
	150m Coccinelle (F – M)		Longueur Colibri (F – M)
	150m Colibri (F – M)		
	400m Minime (F – M)		
	400m Benjamin (F – M)		
	600m Colibri (F – M)		
	800m Marche (F – H)		
	Relais 4 x 60m		
Après la compétition		Remise de médaille de participation	
Suite à la remise de médaille		**Photo de groupe	

* Tous les athlètes qui veulent faire un petit échauffement de groupe sous la supervision d'animateurs du club devront se présenter à la ligne d'arrivée à 13h00.

** Photo de groupe des participants qui souhaitent être sur la photo. La photo sera envoyée par courriel aux participants/entraîneurs de la compétition.