

# COMBINÉ EN GYMNASSE LANAUDIÈRE-OLYMPIQUE



Les premières foulées  
Bruny Surin

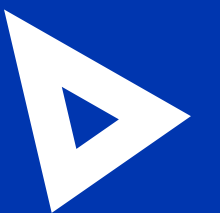
## DIMANCHE 30 MARS 2025



## CLUB D'ATHLÉTISME LANAUDIÈRE-OLYMPIQUE



ariane.bouchard@hotmail.fr  
emy.dagenais@icloud.com



# LIEU

## ÉCOLE SECONDAIRE JEAN BAPTISTE-MEILLEUR

777 BOULEVARD IBERVILLE, REPENTIGNY, J5Y 1A2

PRENDRE LA RUE JEAN-BAPTISTE-MEILLEUR POUR AVOIR ACCÈS AUX STATIONNEMENTS.



Légende : **stationnement**  
**Entrée du gymnase**

# CATÉGORIES ET ÉPREUVES



## QUADRATHLON:

40m sprint

Saut en longueur sans élan

Lancer du poids

600m endurance (300m pour les coccinelles et colibris)

01

**Coccinelle**

2018-2019-2020

02

**Colibri**

2016-2017

03

**Minime**

2014-2015

04

**Benjamin**

2012-2013



# HORAIRE PRÉLIMINAIRE

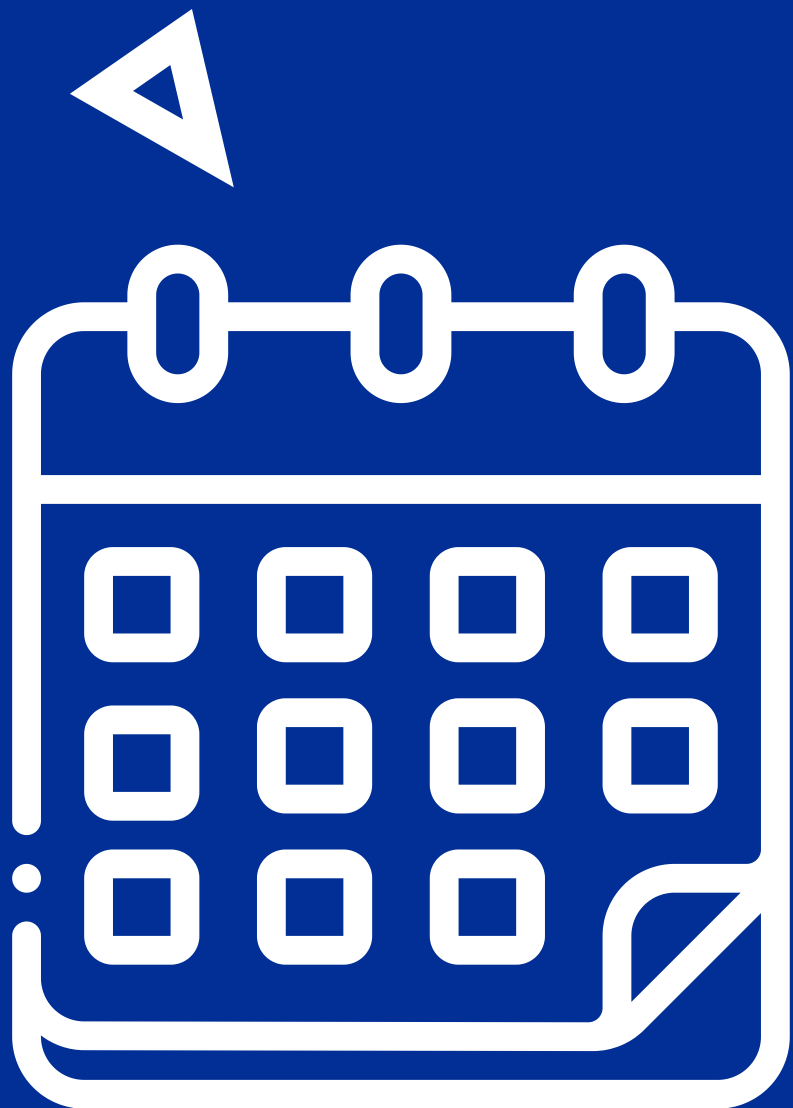


**Coccinelle: 9h00 à 11h00**

**Colibris: 11h00 à 13h00**

**Minimes: 13h00 à 15h00**

**Benjamins: 15h00 à 17h00**



# COÛTS ET INSCRIPTIONS

**INSCRIPTIONS:** [HTTPS://WWW.AVS-SPORT.COM/INSCRIPTIONS.PHP?COMP=1041&](https://www.av-sport.com/incriptions.php?comp=1041&)



**20\$**

Athlètes affiliés à  
Athlétisme Qc

**23\$**

Athlètes non-affiliés  
à Athlétisme Qc

**DATE LIMITE D'INSCRIPTIONS**

**LUNDI 24 MARS 23H59**

**AUCUN AJOUT OU MODIFICATION APRÈS CETTE DATE**

# MÉDAILLES/POINTS

## Pointage

Les points des épreuves sont attribués par la position comme suit:

1ère position: 9 points

2ème position: 7 points

3ème position: 6 points

4ème position: 5 points

5ème position: 4 points

6ème position: 3 points

7ème position: 2 points

8ème position et les suivantes: 1 point



## Médailles



Le classement au cumulatif se fera par la somme des points des 4 épreuves.

Médaille aux 3 premiers de chaque catégorie au cumulatif

## Rubans

1 ruban ou 1 certificat de participation pour chaque athlète.

Rubans remis pour les 5 premiers de chaque épreuve par catégorie.

## Bannière

Minimum 4 athlètes par club. Remise à la meilleure équipe ayant obtenu le meilleur pointage.

# INSTALLATIONS ET ÉQUIPEMENTS



- Piste ovale de 120m
- 6 corridors de 40m de longueur
- 2 plateaux de saut en longueur sans élan
- 2 plateaux de lancer du poids
- Chronométrage électronique par le club d'athlétisme St-Laurent Sélect

Les souliers à crampons sont  
interdits



## Poids

- Coccinelle: Balle lestée
- Colibri: 1 kg
- Minime: 2 kg
- Benjamin femme: 2 kg
- Benjamin homme: 3 kg

## Finales

Les 6 meilleurs temps accèdent à la finale du 40m sprint

Aucune finale pour les autres épreuves





**MERCI**



ariane.bouchard@hotmail.fr  
emy.dagenais@icloud.com