



2025

DOCUMENT
D'INVITATION



Circuit régional jeunesse – catégorie Benjamin

Dimanche, 25 mai 2025

Stade Claude-Ferragne

4630 Cyrille-Delage
Laval QUÉBEC H7K 2S4



Cette compétition est organisée par le club Athlétisme Laval en collaboration avec ville de Laval et Athlétisme Québec

INFORMATIONS IMPORTANTES



À l'arrivée au stade, l'athlète doit se présenter à la table d'appel pour recevoir son dossard d'un jour pour la compétition (tente près de la porte de garage).

L'athlète doit être présent une heure avant sa première épreuve pour ramasser son dossard et faire son échauffement.

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

Catégories

- Benjamin 2012-2013 (12-13 ans)

Inscriptions en ligne

Inscription en ligne du 14 avril 2025 au 21 mai 2025 :

- ❖ Sur le site internet suivant : <http://www.av-sport.com/main.php>

Coût

- 30,00\$ pour 3 épreuves (triathlon)
 - Tous les athlètes doivent avoir une affiliation avec Athlétisme Québec
 - Inscription pour affiliation :
 - Allez sur le site Athleticsreg
 - <https://athleticsreg.ca/#!/memberships/athletisme-quebec-adhesion-2025>
 - Ouvrir un compte sur la plateforme
 - ❖ **Sans cette affiliation, votre enfant ne pourra pas participer à notre compétition**

N.B.

- Aucun ajout ou modification ne sera possible **après mercredi 21 mai 2025**

RENSEIGNEMENTS TECHNIQUES



Type de compétition :

- Triathlon (3 épreuves) pour tous
- Choix d'épreuves : 1 saut + 1 lancer + 1 course

- **Choix:**

Combiné vitesse : 150m + saut en longueur + lancer du javelot

Combiné puissance : 80m + saut en longueur + lancer du poids

Combiné technique : 80m haies + saut en longueur + lancer du javelot

Combiné endurance : 1200m + saut en longueur + lancer du poids

Épreuves:

| Épreuve | Benjamin Femme | Benjamin Homme |
|-------------------|----------------|----------------|
| 80 m | x | x |
| 150m | x | x |
| 80m haies | x | x |
| 1200m | x | x |
| Saut en longueur | x | x |
| Lancer du poids | x | x |
| Lancer du javelot | x | x |

| Position | Points |
|-----------|--------|
| 1 | 10 |
| 2 | 8 |
| 3 | 7 |
| 4 | 6 |
| 5 | 5 |
| 6 | 4 |
| 7 | 3 |
| 8 | 2 |
| 9 et plus | 1 |

- ❖ Classement individuel par catégorie : Classement général par sexe basé sur le cumul des points de toutes les épreuves
- ❖ Classement d'équipe : Classement générale par sexe basé sur le cumul des points de tous les membres de l'équipe
- ❖ Records ou statut d'identification : Résultats non valides

Récompenses :

- Rubans remis pour le top 10 premières femmes et 10 premiers hommes de chaque épreuve
- Une bannière sera remise par sexe à la meilleure école ou club. L'équipe gagnante sera déterminée par la somme des points attribuée selon le système de pointage individuel. **Minimum 4 athlètes par équipe pour participer à la bannière** (tous les athlètes seront les pointeurs).
- La cérémonie de remise des récompenses à la clôture de l'événement sera faite ouvrez vos oreilles!



SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES

Lancer du poids

- 3 essais au total, le meilleur essai sera le résultat final
- Masse du poids :
- Femme 2 kg
 - Homme 3 kg

Saut en longueur

- Avec planche d'appel- 3 essais au total, le meilleur essai sera le résultat final

Lancer du javelot

- Masse du poids :
- Femme 400 gr
 - Homme 500 gr

Sprint et haies

- Minimum 2 courses par jeune, les 3 premiers de chaque vague feront la finale A et les deux autres feront la finale B (80 mètres et 80 mètres haies) - 5 coureurs par vague
- la hauteur et distance des haies benjamins est 30 pouces et la distance 1^{er} haies de 12m et entre les autres haies 7m50
- Vagues par sexe
- Programme Finish Lynx, chronométré
- Pas de bloc de départ

Demi-fond

Départ mixte à la corde (sans corridor)

RENSEIGNEMENTS SUPPLÉMENTAIRES



- Souliers de course obligatoires
- Souliers à pointes(spikes) permis
- Les spectateurs pourront assister dans les estrades du stade.
- **Aucun parent ne sera admis sur la piste d'athlétisme sauf les organisateurs et les bénévoles**

- Tous les athlètes doivent porter leur dossard d'Athlétisme Québec en avant, sur la poitrine
- Sur place, à la table d'appel, vente de dossard d'un jour si oubliez au coût de 10,00\$



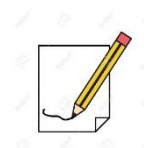
- Une personne ayant la formation de secourisme sera sur place pour assurer les premiers soins.
- **Les parents et/ou tuteurs doivent être présents à la compétition pour accompagner en cas de blessure ou autres durant l'événement.**



Résultats

Sur le site internet suivant en cliquant sur le nom de la compétition :

<https://avs-sport.com/>



L'organisateur peut devancer l'horaire de la compétition selon la température et pour des raisons logistiques. S'il y avait des changements, l'annonceur va le transmettre au micro, soyez attentif!

HORAIRE PROVISOIRE pour le régionale jeunesse Catégorie benjamin

(Changement à venir selon le nombre de participants, le 23 mai 2025)

| Piste | | | |
|-------|------------------------|-----|---------------|
| Heure | Épreuve | H/F | Tour |
| 13h | Arrivée des athlètes | | |
| 13h30 | 80m | F/H | préliminaires |
| 14h15 | 80m haies | F/H | préliminaires |
| 14h45 | 80m | F/H | Finale A et B |
| 15h15 | 80m haies | F/H | Finale A et B |
| 15h45 | 1200m | F/H | finale |
| 16h | 150m | F/H | finale |
| 16h30 | Fin de session (piste) | | . |

| Concours | | | |
|----------|---------------------------|-----|--------|
| Heure | Épreuve | H/F | Tour |
| 13h00 | Arrivée des athlètes | | |
| 14h30 | Saut en longueur | F | finale |
| 15h15 | Lancer du poids | F | Finale |
| 15h45 | Lancer du javelot | F | finale |
| 16h30 | Fin de session (concours) | | |