

Les PETITS combinés du Corsaire-Chaparral

**amusant
et
rafraîchissant!**



Samedi 13 août 2022

Stade d'athlétisme Richard-Garneau

401 boul. du Domaine

Sainte-Thérèse, QC J7E 4S4

Document d'invitation



CIRCUIT ESTIVAL
des jeunes

INTRODUCTION

Le club d'athlétisme Corsaire-Chaparral est fier de présenter la quatrième édition de ses Petits combinés (anciennement le *Petit pentathlon de Nathalie*) dans le cadre du *Circuit estival des jeunes* de la Fédération québécoise d'athlétisme.

Cette compétition amicale s'adresse aux athlètes de catégorie coccinelle (triathlon), colibri (quadrathlon), minime (quadrathlon) et benjamin (pentathlon).



INFORMATIONS GÉNÉRALES

Date

Samedi 13 août 2022.

Emplacement

Stade d'athlétisme Richard-Garneau

401 boul. du Domaine

Sainte-Thérèse, QC J7E 4S4

Installations

- Piste de 400 m, 8 couloirs en revêtement synthétique
- 2 aires de lancers
- Aires d'approche de sauts en revêtement synthétique
- 4 fosses de sable
- Gradins
- Accès aux toilettes de la polyvalente
- Vestiaire : aucun service de vestiaire ni de douche ne sera disponible. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de perte ou de vol.
- Chronométrage électronique (systèmes Lynx)
- Stationnement gratuit sur le site de la polyvalente



Organismes responsables

- Club d'athlétisme Corsaire-Chaparral
- Fédération québécoise d'athlétisme

Responsables de la compétition

- **Responsable de la rencontre** : Michel Parent (michelparent2404@gmail.com)
- **Directrice technique** : Madame Nathalie Prince (nathalie.prince1@videotron.ca)
- **Chronométrage et résultats** : Louis-Olivier Brassard (louis@corsaire-chaparral.org)
- **Bénévoles** : Lina Lalonde, Karine Beauséjour
- **Communications** : Stéphanie Parent
- **Secrétariat** : Nancy Boucher
- **Premiers soins** : Carol Desrosiers, Sauvetage A.G. des Moulins

Inscription

Période d'inscription

Jusqu'au **lundi 8 août 2022, 23 h 59**.

Absolument aucun ajout ni modification après la date limite.

Coût d'inscription

- Triathlon coccinelle : **20,00 \$** par athlète
- Quadrathlon colibri : **25,00 \$** par athlète
- Quadrathlon minime : **25,00 \$** par athlète
 - Relais navette minime : gratuit pour les équipes présentes sur place!
- Pentathlon benjamin : **30,00 \$** par athlète
 - Relais benjamin : gratuit pour les équipes présentes sur place!

Modalité d'inscription

Inscription et paiement **en ligne** seulement sur site avs-sport.com via PayPal ou carte de crédit.

Aucune inscription par courriel ni par messagerie privée.

Remboursement

Aucun remboursement d'inscription ne sera autorisé.

Affiliation

L'affiliation à la Fédération québécoise d'athlétisme n'est pas requise.

Catégories

- Coccinelle (2015-2016) – maximum de 16 filles et 16 garçons
- Colibri (2013-2014) – maximum de 32 filles et 32 garçons
- Minime (2011-2012) – maximum de 40 filles et 40 garçons
- Benjamin (2009-2010) – maximum de 40 filles et 40 garçons

Épreuves offertes

Coccinelle

- **Triathlon** : 60 m, lancer du javelot turbo (300 g), saut en longueur sans élan.

Colibri

- **Quadrathlon** : 60 m, lancer du javelot turbo (300 g), saut en longueur *avec élan et zone d'impulsion* 1 m, 150 m.

Minime

- **Quadrathlon** : 80 m, lancer du javelot turbo (400 g), saut en longueur *avec élan et zone d'impulsion* 1 m, 200m.
- Relais navette : 4x80m (maximum 3 équipes mixtes par club).

Benjamin

- **Pentathlon** : 80 m, saut en hauteur, saut en longueur *avec élan et planche d'appel*, lancer du javelot (400 g), 300 m.
- **Relais mixte** : 4 x 100 m autour de l'oval (2 filles, 2 garçons).

Matériel

Tout le matériel sera fourni par les organisateurs. Ce matériel sera le seul à pouvoir être utilisé.

Remise de médailles

Il y aura une cérémonie de remise de médailles pour les 3 premières positions de chaque combiné, ainsi que pour les 3 premières équipes de chaque relais mixte.

Amusant et ... rafraîchissant!

Une surprise attend chacun·e des participant·e·s à la fin de leurs épreuves!

INFORMATIONS TECHNIQUES

Sanction

- Fédération québécoise d'athlétisme, sanction régionale

Chambre d'appel et arrivée

Il n'y a pas de chambre d'appel pour cette compétition.

Les athlètes devront se présenter à l'heure prévue pour l'échauffement de leur catégorie. Ils seront alors pris en charge par un animateur du Corsaire-Chaparral.

Entraîneurs des clubs : les entraîneurs sont tous bienvenus pour aider à l'encadrement!

Horaire final

Disponible à partir du jeudi 11 août 2022 à 12 h.

Surclassement

Le surclassement sera autorisé selon les règlements en vigueur de la FQA.

Port du dossard

Un dossard sera remis aux athlètes lors de leur arrivée. **Les athlètes devront le porter à l'avant, tout au long de la compétition**, jusqu'à leur dernière épreuve.

Saut en hauteur

2 essais maximum par hauteur, avec reprise immédiatement après un essai raté.

La barre commencera à la hauteur de 1 m et progressera par incréments de 5 cm.

Saut en longueur

Pour le saut en longueur sans élan : deux sauts consécutifs dans le gazon. Seul le meilleur saut sera mesuré.

Pour le saut en longueur avec élan: sauts non consécutifs. Il y aura 2 ou 3 essais, selon l'horaire et le nombre d'inscriptions.

Lancer du javelot

Trois lancers consécutifs. Seul le meilleur lancer sera mesuré.

HORAIRE PROVISOIRE

Coccinelle

Heure	Piste	Pelouse	Notes
9 h 30	Accueil des coccinelles		
9 h 40	Échauffement dirigé		
10 h 00	60 m		
		Longueur (sans élan)	2 fosses de saut
		Javelot turbo (300 g)	2 aires de lancer
11 h 00	Cérémonie de remise de médailles		

Colibri

Heure	Piste	Pelouse	Notes
10 h 00	Accueil des colibris		
10 h 10	Échauffement dirigé		
10 h 30	60 m		
		Longueur (avec élan)	2 fosses de saut
		Javelot turbo (300 g)	2 aires de lancer
	150 m		
12 h 00	Cérémonie de remise de médailles		

Minime

Heure	Piste	Pelouse	Notes
13 h 00	Accueil des minimes		
13 h 15	Échauffement dirigé		
13 h 40	80 m (prélim)		Top 8 en finale
		Longueur filles (avec élan)	4 fosses de saut
		Javelot garçons (400 g)	2 aires de lancer
	80 m (finale)		
		Longueur garçons (avec élan)	4 fosses de saut
		Javelot filles(400 g)	2 aires de lancer
	200 m		
15 h 20	Relais 4 x 80 m mixte navette		
15 h 30	Cérémonie de remise de médailles		

Benjamin

Heure	Piste	Pelouse	Notes
9 h 30	Accueil des benjamins		
9 h 40	Échauffement dirigé		
10h 00		Hauteur filles	
		Javelot garçons (400 g)	2 aires de lancer
11 h 30		Hauteur garçons	
		Javelot filles (400 g)	2 aires de lancer
12 h 40	Échauffement dirigé		
13 h 00	80 m (prélim)		Top 8 en finale
		Longueur filles (avec élan)	Planche d'appel
	80 m (finale)		
		Longueur garçons (avec élan)	Planche d'appel
	300 m		
15 h 15	Relais 4 x 100 m mixte		
15 h 30	Cérémonie de remise de médailles		