

PROGRAMME

Dimanche 14 Mai 2017

Perpignan, Parc des sports du Moulin à vent, Avenue Paul Alduy,
stade d'athlétisme de 10h00 à 17h00

En présence d'Elodie Clouvel, vice-championne olympique Rio 2016

et de Valentin Belaud, champion du Monde 2016.

Horaires :

9h30 : Accueil et échauffement libre

10h00 : Découverte U9 – 2x200m + 2x5 cibles – Distance tir 5m

10h30, 11h00 : 2 séries U11 – 2x400m + 2x5 cibles – Distance tir 5m

11h30, 12h00 : 2 séries U13 – 3x400m + 3x5 cibles – Distance tir 5m

12h30 : Découverte - 17 ans et plus – 3x400m + 3x5 cibles – Distance tir 5m

13h00, 13h30 : 2 séries U15 – 4x400m + 4x5 cibles – Distance tir 7m

14h00 : 1 série Master (50+ & 60+) – 3x400m + 3x5 cibles – Distance tir 7m

14h30, 15h00 : 2 séries U17 – 4x400m + 4x5 cibles – Distance tir 10m

15h30, 16h00 : 2 séries U19, juniors, seniors – 4x800m + 4x5 cibles – Distance tir 10m

16h30 : 1 série Master (40+) – 4x400m + 4x5 cibles – Distance tir 10m

Engagements 6€ par personne (comprenant le prêt du pistolet laser)

Parrainage : un licencié + un non licencié : 10€ les deux

Licence sportive ou certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied

Inscriptions sur : <https://www.inscription-facile.com/form/ixCCqEDkOUITMjIGuxdh>

Contact : 06 86 34 44 16