

RENCONTRE D'ATHLETISME

EPREUVES

CE2/CM1/CM2



L'élève effectue 4 épreuves : 1 course, 1 saut, 1 lancer et 1 relais.

Chaque épreuve est barémée sur 4 points.

Pour obtenir le diplôme d'or l'élève doit réaliser 14 points, le diplôme d'argent 10 points et le diplôme de bronze 4 points.

➤ **Course: 40 mètres Haies, haies Verticales:**

Courir le plus rapidement possible.

Nombre d'essais: 2, on retient le meilleur des 2.

Nombre d'obstacles: 4, Longueur des obstacles: 1m00

Distance entre les obstacles: 6m00

Distance avant le 1er obstacle: 10m00, Distance après le dernier obstacle: 12m00

➤ **Lancer de vortex:**

Lancer le plus loin possible, Nombre d'essais : 4, on retient le meilleur des 4

Zone d'élan 10m00, la prise d'élan n'est pas obligatoire.

Ne pas dépasser la ligne de lancer même après avoir lancé.

➤ **Saut en longueur:**

Sauter le plus loin possible en 1 bond.

Nombre d'essais: 4, on retient le meilleur des 4.

Zone d'élan de 15m00 maximum

➤ **Relais 4 x 50m:**

Constituer des équipes de 4, **non-mixte** (barème filles/garçons différents)

Déterminer un premier (A), un deuxième (B), un troisième (C) et un quatrième (D).

Courir le plus vite possible, Nombre d'essais: 2, on retient le meilleur des 2.

Zone de transmission de 20m à l'intérieur de laquelle le témoin doit être transmis.

La zone de transmission se situe à cheval par rapport à la ligne des 50m, 10m avant cette ligne, 10m après cette ligne (Cf. schéma, ci dessous). Le receveur peut donc se mettre en mouvement avant l'arrivée du donneur.

- 1 Couloir par classe
- Retenir le n° de la course donnée aux explications

