

# Règlement

## Finale de l'anim'cross inter-villages

### Épreuves du Kid's athlé

#### Organisation générale :

En plus de leur course habituelle, les enfants vont participer à trois épreuves d'athlétisme : un sprint, un saut et un lancer.

La participation aux trois épreuves se fera dans l'ordre suivant :

- **15h** Les Poussin(e)s (pendant l'épreuve du « mini cross »)
- **15h15** Les benjamin(e)s (pendant la course des « écoles de cross »)
- **15h30** Les enfants du « mini cross » (pendant la course des poussins)
- **15h45** Les enfants de l' « école de cross » (pendant la course des benjamins)

Un représentant de chaque commune (ou un parent dans le cas des coureurs isolés) accompagnera les enfants de la catégorie concernée (garçons **ET** filles) au niveau des ateliers conduit par un membre du GABS. Dès qu'une place se libère sur une épreuve (peu importe l'ordre) les enfants participent ensemble à l'épreuve et attendent ensuite une place libre les autres épreuves non réalisées.

Chaque enfant aura droit à **un essai** à l'issue de la présentation de l'épreuve puis réalisera **deux fois** l'épreuve pour marquer des points.

**Les points sont attribués à la commune, il n'y aura pas de total nominatif, et ce pour toutes les catégories.**

Les points seront notés sur une fiche regroupant les points de tous les enfants de la même commune. La fiche est conservée pour les trois épreuves et laissée au bénévole en charge de la dernière épreuve réalisée. Chaque bénévole responsable d'épreuve aura donc une réserve de fiche vierge et récupérera les fiches des communes ayant réalisé les trois épreuves.

#### Moyens nécessaires

Pour mettre en place 2 ateliers en parallèle, chacun contenant les 3 épreuves :

- 10 bénévoles
- 90 plots de couleurs
- 2 chronomètres
- 6 médecine balls de 1 kg
- 6 médecine balls de 2 kg
- 4 grandes lattes
- 160 fiches de résultats (voir modèle en dernière page)

Un regroupement des bénévoles aura lieu à 14h00 à l'issue de l'installation des ateliers pour faire le point sur l'organisation.

### **Présentation des épreuves :**

#### ➤ **Lancer de medecine ball :**

- Le poids des ballons est adapté en fonction de la catégorie :
- 1 kg de la grande section de maternelle au CE 2 et pour les poussin(e)s
- 2 kg pour les benjamin(e)s

### **Dimension de l'aire de lancer :**

- Zone 1 pt : de 0 à 2 m
- Zone 2 pts : de 2 m à 4 m
- Zone 3 pts : de 4 m à 6 m
- Zone 4 pts : de 6 m à 8 m
- Zone 5 pts : au-delà de 8 m

### **Règles à préciser :**

- Le lancer est réalisé à deux mains
- Le ballon est placé au niveau des épaules au début du lancer (dans le cou ou devant la poitrine)
- Le lancer se réalise de face ou de profil
- Aucun élan n'est autorisé mais la flexion des jambes est conseillée
- Le lanceur ne doit pas tomber vers l'avant une fois le lancer réalisé (pas de point marqué dans ce cas)
- Il faut lancer entre les plots, les ballons qui tombent en dehors de la zone ne comptent pas
- Les points sont comptés au niveau du point de chute du ballon
- **IL FAUT LANCER LE PLUS LOIN POSSIBLE**

### **Organisation :**

1 bénévole note les points et assure la rotation des enfants, le second rapporte les ballons. Aucun enfant n'est autorisé au niveau de l'aire de lancer.

L'aire d'attente se situe en arrière de la zone de lancement.

Les enfants lancent une fois et laissent leur place.

Une fois les 3 lancers réalisés (un essai et deux tentatives notées), l'épreuve est terminée.

### ➤ **Pentabond :**

#### **Dimension de l'aire de saut :**

- Zone 1 pt : de 0 à 4 m
- Zone 2 pts : de 4 m à 6 m
- Zone 3 pts : de 6 m à 8 m
- Zone 4 pts : de 8 m à 10 m
- Zone 5 pts : au-delà de 10 m

#### **Règles à préciser :**

- Départ le pied derrière la latte, le saut se réalise sans élan
- **IL FAUT ALLER LE PLUS LOIN POSSIBLE EN 5 GRANDS BONDS**
- Les points sont comptés au niveau de la pose du 5<sup>ème</sup> appui posé derrière la latte
- Une fois le saut réalisé, le retour se fait sur le côté pour permettre aux autres enfants de passer

#### **Organisation :**

Le bénévole place les enfants en colonne.

Les enfants font un saut puis laissent la place.

Une fois les trois sauts réalisés (un essai et deux tentatives notées), l'épreuve est terminée.

➤ **Sprint :**

**Dimension de l'aire de course :**

- Zone 1 pt : de 0 à 10 m
- Zone 2 pts : de 10 m à 15 m
- Zone 3 pts : de 15 m à 20 m
- Zone 4 pts : de 20 m à 25 m
- Zone 5 pts : au-delà de 25 m

**Règles à préciser :**

- Départ le pied derrière la latte
- Au signal (« TOP ») du bénévole, **L'ENFANT A 4 SECONDES POUR ALLER LE PLUS LOIN POSSIBLE**
- Il faut courir droit et rester entre les plots
- Les points sont comptés au niveau de la position de l'enfant au moment du « TOP » final du bénévole

**Organisation :**

Un bénévole place les enfants en colonne, assure le départ et le chronomètre du temps de course.

L'autre bénévole repère la position de l'enfant et note les points.

Les enfants font une course puis laissent la place.

Une fois les trois courses réalisées (un essai et deux tentatives notées), l'épreuve est terminée.