



KID'S CROSS
SAMEDI 21 JANVIER 2017
SITE DE LA PETITE BOUVERIE - ROUEN

Infos et Contact :

Alexandre MAURICE, Directeur de l'Ecole d'Athlétisme

<http://www.aspttrouen-athletisme.fr/>

info-aspttrouenathle@orange.fr

Tél. : 06 24 60 61 88



KID'S CROSS

SAMEDI 21 JANVIER 2017

SITE DE LA PETITE BOUVERIE



- Programme :

14h30 : Echauffement collectif en musique

14h40 : Reconnaissance du parcours et des ateliers

14h50 : Constitution des équipes et remise des dossards

15h00 : Kid's cross

15h20 : Récupération

15h30 : Podium et goûter

16h00 : Fin de l'animation

Inscription par mail à info-aspttrouenathle@orange.fr

Avant le 18 janvier !

Kid's cross réservé aux licenciés FFA de catégorie éveils et poussins.

Le **Kid's Cross** est une **épreuve en équipe** sous forme d'un relais. Le parcours mesure environ 800 mètres comprenant du **slalom**, des **franchissements de petites haies** ainsi qu'un **jeu de précision**. En cas d'échec, l'athlète devra faire une **pénalité** de quelques mètres.

Barrières

Zone de lancer de précision

Il faudra lancer une balle, un vortex ou un medecin ball dans une cible.

