

# 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](mailto:michelparent2404@gmail.com))
- **Directrice technique** : Madame Nathalie Prince ([nathalie.prince1@videotron.ca](mailto:nathalie.prince1@videotron.ca))
- **Chronométrage et résultats** : Louis-Olivier Brassard ([louis@corsaire-chaparral.org](mailto: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](https://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 ( <b>sans élan</b> )	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 ( <b>avec élan</b> )	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 ( <b>avec élan</b> )	4 fosses de saut
		Javelot garçons (400 g)	2 aires de lancer
	80 m ( <b>finale</b> )		
		Longueur garçons ( <b>avec élan</b> )	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 ( <b>avec élan</b> )	Planche d'appel
	80 m ( <b>finale</b> )		
		Longueur garçons ( <b>avec élan</b> )	Planche d'appel
	300 m		
15 h 15	Relais 4 x 100 m mixte		
15 h 30	Cérémonie de remise de médailles		