

KILOMAÎTRES LASALLE

Mike Strange Youth Meet

Stade Fritz Prevost Track
(Parc Riverside)
Rue Raymond
Montréal (Qc) H8P 3L6

Date : 10 Septembre 2022

Heures : 09h00 à 17h00



Responsable de l'événement :

Ingrid Sandy – ingridsandy@hotmail.com

Compétition organisée par le Kilomaitres de Lasalle en collaboration avec



Renseignements techniques

- Piste de 400m à revêtement Mondo (2008).
- Chronométrage électronique FinishLynx.
- Résultats sur Hy-Tek Meet Manager.
- Souliers à pointes 7mm autorisés.
- Aucun temps de référence antérieur requis.
- Trois essais pour les épreuves de Longueur et Lancer.

Épreuves au programme

- *Quadrathlon pour coccinelle/colibri/minime*
 - Saut en longueur - sans élan (coccinelle), zone d'appel (colibri et minime)
 - Lancer du poids - 1.5 kg Colibri, 2 kg Minime
 - Sprint - 60 m (coccinelle/colibri), 80 m (minime et benjamin)
 - Demi-fond (400 m - colibri/coccinelle, 600 m - minime)
- *Pentathlon pour benjamin*
 - Saut en longueur
 - Lancer du poids - 2 kg F & 3 kg G
 - Saut en hauteur
 - Sprint - 80 m
 - Demi-fond - 800 m

Catégories Date de naissance

- Coccinelle - 2015 et après
- Colibri - 2013 à 2014
- Minime - 2011 à 2012
- Benjamin - 2009 à 2010

Les filles et les garçons sont séparés.

Tarifs et dates limites

AVANT LE 5 Septembre 2022 , À 23h59 : 25\$

ENTRE LE 6 Septembre 2022 à 23h59 et le 7 Septembre 2022 23h59 : 35\$

Aucun ajout ni modification après la date limite.

Relais

- Coccinelle - Colibri: Relais 4x100
- Minime - Benjamin: Relais Medley (400,100,100,200)

Admissibilité:

Aucune affiliation requise pour participer. Toutes les athlètes, y compris les débutantes sont les bienvenues.

L'inscription des athlètes se fait en ligne à l'adresse suivante :

<https://www.avs-sport.com/main.php>

PAIEMENT : LE PAIEMENT SE FAIT EN LIGNE, AUCUN PAIEMENT SUR PLACE



**MES
PREMIERS JEUX**
INITIATION SPORTIVE

Lac St-Louis 2022.

En collaboration avec Sport et Loisir de l'île de Montréal, Mes Premiers Jeux est l'un des volets du programme des Jeux du Québec, créé pour initier les jeunes aux plaisirs de la compétition sportive.

REMBOURSEMENT

Aucun remboursement d'inscription ne sera autorisé.

MATÉRIEL

Tout le matériel sera fourni par les organisateurs. Ce matériel sera le seul à pouvoir être utilisé.

RÉCOMPENSES

Des médailles seront remises aux 3 premiers de chaque catégorie et aux trois premiers du quadrathlon. Les médailles seront remises directement après l'ensemble des épreuves de la catégorie par le bénévole responsable.

MESURES SANITAIRES

Si nous sommes tenus de limiter le nombre de participants à la rencontre, en raison de nouvelles mesures de prévention, nous respecterons l'ordre des inscriptions.

ESTRADES ET PISTE

Les estrades du stade extérieur seront accessibles pour les parents. Seuls les entraîneurs et athlètes auront accès à la piste.

PROGRAMME ET HORAIRE PAR CATÉGORIES

(préliminaire)

Time	Coccinelle	Colibri	Minime	Benjamin
0800			Récupération des dossards Échauffement dirigé	
0900			80m F + H	Longueur - H Lancer Poids - F
1000	Récupération des dossards Échauffement dirigé		Longueur - F Lancer Poid - H	80m F + H
1100	Échauffement dirigé	60m F + H	Longueur - H 600m - F	Saut en Hauteur - F Lancer Poids - H
1200	60m F + H	Longueur - F Lancer Poid - H	600m - H	800m F + H Longueur - F
1300	Longueur - H Longueur - F	400m F + H	Lancer Poid - F	Saut en Hauteur - H
1400	400m H + F	Longueur - H Lancer Poid - F	<i>Relais Medley F + H</i>	<i>Relais Medley F + H</i>
1500	Lancer Balle - H Lancer Balle - F	<i>Relais F + H</i>		
1600	<i>Relais F + H</i>			

L'horaire final sera publié sur le site web de la FQA 8 septembre

Aucune chambre d'appel. Dossards remis sur place avant la première épreuve

Prise de présences **10 min** avant l'épreuve