

Triath'Jeunes



SAUTS MULTIBONDS

Franchir une distance avec le minimum d'appuis, élan réduit, impulsion dans une zone large.

Distance à franchir :

CP	6,5 m
CE1	7,0 m
CE2	8,0 m
CM1	9,0 m
CM2 F	9,5 m
CM2 G	10,5 m

Evaluation :

4 Appuis	Or
5 Appuis	Argent
6 Appuis	Bronze
+ de 6 Appuis	Espoir

2 essais, le meilleur est pris en compte.



SAUTS EN LONGUEUR

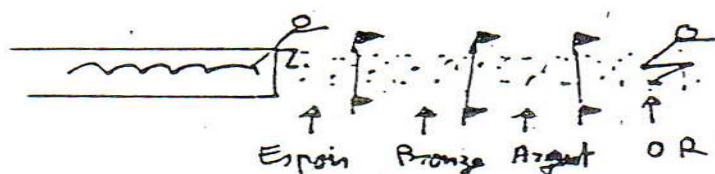
Sauter le plus loin possible dans le sable. Elan réduit, l'impulsion est prise sur un pied juste devant le sable, à la fin de la prise d'élan. 3 lignes ou 3 repères sont tracés sur le bord de la fosse à sable.

Distance des lignes :

CM1 / CM2	2m – 2,50m - 3m
CE2	1,50m – 2m – 2,50m
CP/CE1	1m – 1,50m – 2m

Evaluation :

L'enfant retombe de la 1ère Ligne Espoir
 L'enfant retombe au delà de la 1ère Ligne Bronze
 L'enfant retombe au delà de la 2ème Ligne Argent
 L'enfant retombe au delà de la 3ème Ligne Or





COURSE DE VITESSE

Franchir la ligne d'arrivée le plus rapidement possible, en restant dans son couloir.

Distances de courses :

CM1/CM2	50 m
CE1/CE2	40 m
CP	30 m

Evaluation :

Le 1 ^{er} arrivé	Or
Le 2 ^o	Argent
Le 3 ^o	Bronze
Le 4 ^o	Espoir
Le 5 ^o	Espoir

Les coureurs des différentes écoles sont panachés au départ dans chaque catégorie :

- premièrement les filles
- deuxièmement les garçons



COURSE D' OBSTACLES

Courir le plus rapidement possible en franchissant cinq obstacles disposés sur la largeur, à intervalles réguliers.

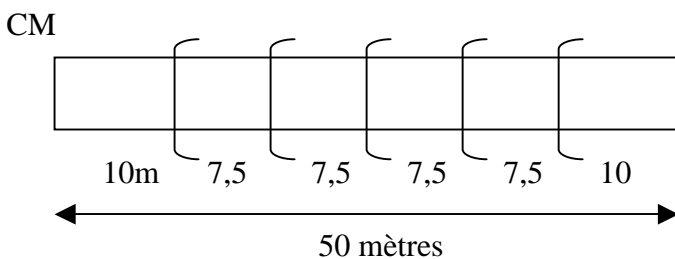
Distance de course :

CM1/CM2	50 m	10-7,5-7,5-7,5-7,5-10	4 obstacles
CE1/CE2	40 m	8-6-6-6-6-8	4 obstacles
CP	34m	8-6-6-6-6-8	3 obstacles

Evaluation :

Le 1 ^{er} arrivé	Or
Le 2 ^o	Argent
Le 3 ^o	Bronze
Le 4 ^o	Espoir

Exemple :





LANCERS PRECIS (Balles de tennis)

Lancer la balle dans le cercle : (la balle tombe dans le cercle)

3 cercles à atteindre , 4 balles à lancer , une dans chaque cercle, + une balle joker .

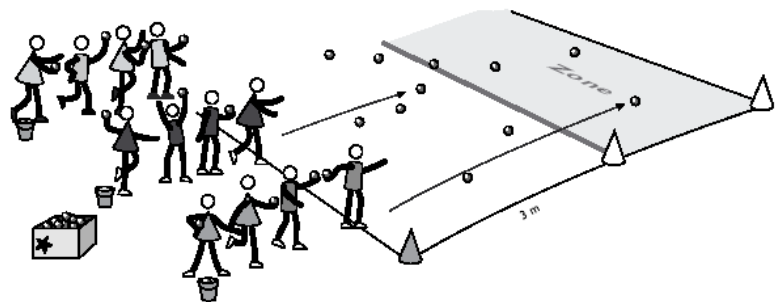
- 1 La 1^{ère} balle dans le cercle 1
- 2 La 2^{ème} balle dans le cercle 2
- 3 La 3^{ème} balle dans le cercle 3
(+ une balle supplémentaire)

Distance des cercles :

CP	1m-2m-3m
CE1	2m-3m-4m
CE2	3m-4m-5m
CM1	4m-5m-6m
CM2	4m-5m-6m

Evaluation :

3 cercles atteints	Or
2 cercles atteints	Argent
1 cercle atteint	Bronze
0 cercle atteint	Espoir



LANCERS LOINTAINS

Lancer à bras cassé obligatoire

Lancer le plus loin possible , dans le secteur de lancer , une balle de tennis .

Elan : 2 ou 3 pas

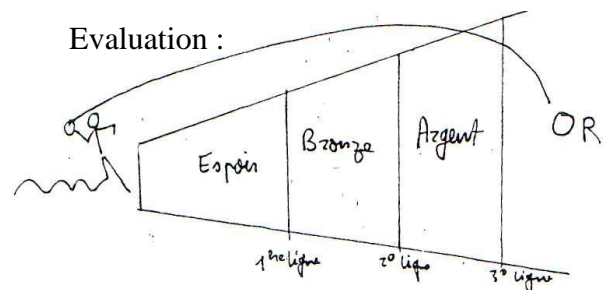
3 essais

Pour éviter une perte de temps , prévoir une rotation des élèves pour la récupération des balles .

Distance :

CM2 G	16	20	26
CM1 G	12	17	20
CM2 F et CE2 G	8	12	16
CM1 F	7	10	14
CE2 F	5	8	12
CE1 G	7	10	14
CE1 F	4	8	12
CP	4	7	10

Evaluation :



Evaluation :

Bronze

Argent

Or