



Olympiade de Gatineau



Horaire de la journée :

14 juillet 2024

Heure	Épreuve		
8h30	Arrivée des athlètes		
9h00	*Échauffement dirigé		
Piste		Pelouse	
		Lancer	
9h15	100m Olympiques spéciaux 11(2v)	9h15	Poids (Balle lestée 1Kg) Colibri (F – M) 4 – 12
9h30	80m Benjamin (F–M) 9 – 7(3v)	9h15	Poids (Balle lestée 500gr) Coccinelle (F – M) 3- 5
9h40	80m Minime (F – M) 3 – 5 (1v)	10h00	Poids - Olympiques spéciaux 9
10h05	60m Colibri (F) 4 60m Coccinelle (F) 3 (1v)	10h45	Poids (2 Kg) - Benjamin (F) 9 Poids (3 Kg) - Benjamin (M) 7
10h10	60m Colibri (M) 12 (2v) 60m Coccinelle (M) 5 (1v)	10h50	Poids (2 Kg) Minime (F – M) 3 – 5
11h00	200m Olympiques spéciaux 10(2v)	Saut en Longueur	
11h35	800m Minime (F – M) 5 – 3 (1v)	9h50	Longueur Benjamin (planche) (F – M) 9 – 7 (1)
11h45	800m Benjamin (F – M) 9– 7(2v)	10h05	Longueur Minime (zone) (F – M) 3 – 5 (2)
11h50	400m Colibri (F) 4 (1v) 400m Coccinelle (F – M) 3 – 5 (1v)	10h40	Longueur Colibri (zone) (F – M) 4 – 12 (2)
12h00	400m Colibri (M) 12 (1v)	10h40	Longueur Coccinelle (sans élan) (F – M) 3 - 5 (1)
12h15	Relais 4 x 60m Navette	11h30	Longueur – Olympiques spéciaux (sans élan) 11
Après la compétition			
(Coccinelle – Colibri – Minime – Benjamin)			
Remise des rubans de participation - Remise des médailles aux 3 premiers du classement cumulatif de chaque catégorie			
Suite à la remise de médaille : **Photo de groupe			

*Tous les athlètes qui veulent faire un petit échauffement de groupe sous la supervision d'animateurs du club devront se présenter près du saut en longueur à 9h00.

** Photo de groupe des participants qui souhaitent être sur la photo.



12 juillet 2024, 14h30