



Inter-clubs de Mono-Athlétisme de Mono-Athlétisme

30/31 mai et 1er juin 2014 - Scionzier (Haute Savoie)

Vendredi 30 mai :

13h30/14h30 : Accueil des participants

Terrain d'évolution du collège J.J. Gally à Scionzier

15h00/18h00 : Sorties « Tout-terrain »

Randonnée « Espoir » (pour tous ceux qui roulent)

Parcours « Expert » (réservé aux initiés)



18h30/22h30 : Soirée festive (Collège J.J. Gally)

Démonstration de TRIAL

Initiation à la pratique du monocycle

Repas* + Animation « Grands jeux en bois »

*sur réservation (prix 10€ /personne) :

Repas = 1 part de poulet rôti + salade composée à volonté + 1 boisson + 1 dessert + 1 café

Soit par mail : cyclone74950@gmail.com, soit par téléphone au 06.89.39.16.55

Samedi 31 mai : Compétition (Terrain d'évolution du Collège J.J. Gally)

9h30/12h30 :

Concours de Sauts : Hauteur et Longueur

Courses de Lenteur : Avant et Arrière

Parcours IUF (parcours de vitesse avec obstacles)



12h30/13h30 :

Une buvette sur place vous permettra de vous rafraîchir et/ou vous restaurer

13h30/17h30 :

Courses : 100m, 400m, 50m/1 pied et 30m/Wheel-Walk



Challenge « Poussin » (6/10 ans)

Parcours IUF « adapté »

Courses : 100m et 50m

Course de Lenteur : Avant

Course « 50m débutant » (en duo)



17h30/20h30 :

Soirée « PIZZA » + Podiums

Dimanche 1er juin :

9h30/11h00 :

Pratique libre Trial et/ou Basket en extérieur

Initiation à la pratique du monocycle

11h00/13h00 :

Assemblée Générale Cycl'One + Pique-nique



Ne me jetez pas sur la voie publique, merci