



Combiné du printemps 2025

1^{ère} édition

Le dimanche 4 mai

Document technique – Benjamins

Lieu : Piste d'athlétisme Mont-Bleu, à l'arrière de l'École Secondaire Mont-Bleu.

Adresse : 389 Boulevard Cité des Jeunes, Gatineau (Secteur Hull).

Responsable de la compétition :

Donald Côté : donaldcote@athletismegatineau.ca

Cellulaire : (819)-743-5544

Le Combiné du printemps 2024, 1^{ère} édition, sera organisé par le Club d'athlétisme de Gatineau en collaboration avec :



Lorsque vous inscrivez l'enfant, celui-ci est automatiquement inscrit aux 4 épreuves de sa catégorie. Tous les jeunes, y compris les débutants, sont les bienvenus.

Catégories et épreuves :

Catégorie	Date de naissance	Épreuves
Benjamin	2012-2013	80m – 800m – Saut en longueur – Lancer du poids (fille = 2 kg. Gars= 3 kg.)

Inscription :

Les inscriptions doivent être acheminées au plus tard le **29 avril 2025** via le formulaire en ligne : <https://forms.gle/Tcr85g9LPWMcrWyr6>

Pour les clubs, si vous avez plusieurs athlètes à inscrire, veuillez communiquer avec nous : dona1dcote@athletismegatineau.ca. Un autre formulaire vous sera envoyé.

Adhésion à Athlétisme Québec :

L'adhésion régionale/récréative est requise. Dans le cas où vous désirez devenir membre ou modifier votre adhésion, veuillez consulter le lien suivant :

<https://athleticsreg.ca/#/memberships/athletisme-quebec-adhesion-2025>

Tarifs et dates limites :

	Jusqu'au 29 avril	Entre le 30 avril et le 3 mai
Athlètes du club d'athlétisme de Gatineau ou Athlètes affiliés à la FQA 2025	30 \$	50 \$

Mode de paiement : virement Interac à l'adresse courriel : dona1dcote@athletismegatineau.ca. S.V.P appliquer le mot de passe suivant : **Gatineau** et indiquer en commentaire le nom de famille de l'athlète suivi de la première lettre de son prénom.

Nourriture :

Un service de cantine sera disponible sur le site de la compétition.

Renseignements techniques

Installations :

- Piste de 400m, 8 couloirs en ligne droite et 6 couloirs en courbe ;
- L'aire de lancer du poids se trouve dans un cercle en béton ;

Équipement :

- Tout le matériel (poids) sera fourni par le comité organisateur. Ce matériel sera le seul à pouvoir être utilisé. Il n'y aura pas de bloc de départ.
- Les souliers avec crampons de 7 mm maximum sont permis.
- Les souliers à crampons de soccer sont interdits.

Chronométrage :

Le chronométrage s'effectuera de façon électronique.

Bénévoles :

Toutes les personnes qui veulent donner un coup de main en tant que bénévole lors de cette journée, veuillez envoyer votre nom à Donald Côté par courriel.

Jumelage :

S'il y a peu d'athlètes inscrits dans une catégorie, il y aura un jumelage avec une autre catégorie.

Lancers :

Chaque athlète effectuera 3 lancers.

Saut en longueur :

- Pour la catégorie benjamin, la planche sera utilisée ;
- Chaque athlète effectuera trois sauts.

Récompense :

- Les 10 meilleurs résultats cumulatifs de chaque sexe recevront un ruban.

Système de pointage :

Ce système de pointage sera utilisé à chaque épreuve pour établir le classement cumulé suite aux 4 épreuves de chaque catégorie. L'objectif est d'amasser le plus grand nombre de points.

Position	Points alloués
1	10
2	8
3	7
4	6
5	5
6	4
7	3
8	2
9 et plus	1

En cas d'égalité au classement cumulé, la fiche face à face des athlètes lors de chaque épreuve sera utilisée. Si l'égalité persiste le meilleur à l'épreuve de sprint (80m) sera utilisé pour départager le classement cumulé.

Horaire provisoire de la journée :

L'horaire officiel sera disponible le 3 mai sur le site :

www.athletismegatineau.ca

Les épreuves se dérouleront une à la suite de l'autre.

Heures	Déroulement de la journée
10h15	Arrivée des athlètes (remise des dossards) – Benjamins
10h30 À 12h30	*Échauffement dirigé – Benjamins Déroulement des épreuves Remise de rubans et médailles / **Photo de groupe

* Tous les athlètes qui veulent faire un petit échauffement de groupe sous la supervision d'animateurs du club devront se présenter à la tente d'accueil

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

(Selon le nombre d'inscriptions, il pourrait y avoir des changements à l'horaire)