



Mercredi 16 novembre 2016

ACTIVITES	CATEGORIES, HORAIRES ET LIEUX des compétitions	ACCOMPAGNATEURS	PRECISIONS
<p style="text-align: center;">Championnat départemental de Cross Country Et Course Défit</p> <p style="text-align: center;">  Pas d'autres activités au collège </p>	<p>11h30 : Défit course solidaire, toutes catégories, sans classement, 1500 m.</p> <p>Le DéFit est une course solidaire, festive, non compétitive ou le plaisir et le partage prennent le pas sur la performance.</p> <p>Le DéFit s'adresse à tous les licenciés, garçons et filles mais aussi aux élèves sédentaires, en surpoids, atteint de maladies chroniques ou en situation de handicap. Les enseignants, toute la communauté UNSS est invitée à participer à cette course. Le DéFit débutera le programme des courses de la journée.</p> <p>Description de la course DéFit : 1500 m de déplacement groupé en marchant et trotinant (quelques accélérations) ponctué de périodes d'échauffement en musique. Récompense à tous les participants.</p> <p>12h30 : Minimes Garçons et Cadets 3450 m.</p> <p>13h00 : Minimes Filles et Cadettes 2650 m.</p> <p>13h30 : Benjamins Garçons 2650 m.</p> <p>13h50 : Benjamins Filles 2100 m.</p> <p>Plaine de jeux de la Warenne à Charleville-Mézières.</p>	<p style="text-align: center;">MM ELOUAARI et JERIDI</p>	<p>Inscriptions obligatoires pour tous à l'accueil avant le <u>lundi 14 novembre 2016 à 12h00.</u></p> <p><u>RDV devant l'Accueil</u></p> <p>_ à 10h00 pour les participants au Défit Course Solidaire. PAS DE COURS de 10H00 à 12H00.</p> <p>_ à 11h00 pour les participants au Cross Country classique. PAS DE COURS de 11H00 à 12H00.</p> <p>Prendre un pique-nique, une boisson et une tenue de sport complète et chaude !</p> <p>Les parents peuvent assister à la compétition et pourront reprendre leur enfant, en accord avec les enseignants, à l'issue de celle-ci.</p> <p>Bon courage à tous !</p>