



## Le Lons Athlé 39 fait la fête !

22 Juin 2025

Stade d'athlétisme – Lons Le Saunier

### Programme

7h - 9H	Installation Pentathlon - Restauration
9h15	Briefing Pentathlon
9H30	Echauffement collectif Pentathlon
10h – 13h	Pentathlon du Lons Athlé 39 (sur pré-inscriptions)
13h30	Remise des récompenses Pentathlon et inauguration buvette
12h – 15H	Repas (sur pré-inscriptions)
14h30	Inscription Courses Enfants - Parents
15h – 16H30	Courses Enfants - Parents
16h30	Goûter Enfants
9h30 - 17h	Buvette
17h - 18h	Rangement



## Règlement Courses Enfants – Parents

Les « courses Parents – Enfants » sont des épreuves conviviales permettant aux enfants de partager un moment privilégié de course avec leur(s) parent(s).

- Courses ouvertes à tous les enfants de 3 à 11 ans, licenciés ou non au Lons Athlé 39, en binôme avec un parent.
- 2 courses au programme :
  - o 15h – 15h45 : Sprint en binôme enfant & parent
  - o Enfant et Parent doivent partir et arriver en même temps, chacun dans son couloir
  - o Distance des courses selon catégorie d'âge :
    - 3 à 6 ans (2019 – 2022): 30 m
    - 7 – 9 ans (2016 – 2018) : 40 m
    - 10 – 11 ans (2014 à 2015) : 50 m
  - o 15h45 – 16h30 : Relais de 4 athlètes 4 x 50 m :
    - 1 athlète du Lons Athlé 39 (12 ans et plus) réalisera le 1er relais
    - 1 athlète du Lons Athlé 39 (12 ans et plus) réalisera le 2eme relais
    - Le parent réalisera le 3eme relais
    - 1 enfant (3 à 11 ans) réalisera le dernier relais jusqu'à l'arrivée
- Les athlètes du club de 12 ans et plus seront conviés pour participer aux 2 premiers relais
- Inscriptions sur place à partir de 14h30
- Dossard souvenir à l'inscription pour chaque enfant
- Inscription gratuite
- Les enfants non licenciés et les parents courent sous leur propre responsabilité
- Pas de classement



## Règlement du Pentathlon

Le Pentathlon du Lons Athlé 39 est une compétition conviviale qui a pour but de fédérer l'ensemble des sections du Lons Athlé 39 autour d'une journée sportive et ludique. Ces épreuves se veulent accessibles à tous.

### Epreuves

Le Pentathlon se déroulera en 5 épreuves :

- 4 épreuves individuelles :
  - o Sprint 60 m
  - o Javelot
  - o 800 m marche athlétique
  - o Saut en longueur
  
- 1 épreuve collective :
  - o Relais 2x 60 m

### Règles de Participation

Le Pentathlon est réservé aux athlètes nés en 2007 et avant. Les athlètes plus jeunes sont fortement incités à participer à l'événement en tant que Juge (voir paragraphe spécifique « Jury »).

Le pentathlon sera réalisé en **binôme mixte**, l'un des deux participants au moins devant être licencié au club. Chaque membre du binôme devra réaliser 2 épreuves individuelles, le binôme réalisant ensemble l'épreuve collective. Les 4 épreuves individuelles devront impérativement être réalisées par le binôme, qui devra donc se répartir les disciplines.

La participation se fera uniquement sur pré-inscriptions (modalités à définir), afin de faciliter l'organisation de la journée.

La participation est gratuite.

Les installations du club, sur les créneaux habituels, restent disponibles pour tous les licenciés qui souhaiteraient s'entraîner sur les épreuves concernées. Le salarié du club est également à disposition des licenciés qui souhaiteraient des conseils de perfectionnement.

Le port du dossard sera obligatoire pour faciliter le travail des Juges.

Le nombre de sauts et de lancers autorisés sera défini le jour J en fonction du nombre de binômes inscrits.



## Classement

Un classement Féminin et un classement Masculin distincts seront réalisés pour chaque épreuve individuelle. Un seul classement pour l'épreuve collective.

Pour chaque épreuve (féminine et masculine), la cotation suivante sera appliquée :

- Meilleure performance : 1 point
- 2<sup>ème</sup> performance : 2 points
- 3<sup>ème</sup> performance : 3 points
- ...

En cas d'égalité sur une épreuve, les ex-aequo se verront affecter le même nombre de points, le nombre suivant de points sera laissé vacant (exemple : si 2 égalités à 6 points, la performance suivante aura 8 points).

Le classement final sera établi sur la base des 5 épreuves faites par le binôme :

- Binôme avec le moins de points : 1<sup>er</sup>
- Binôme avec le 2<sup>ème</sup> plus faible total de points : 2<sup>ème</sup>
- ....

En cas d'égalité entre 2 binômes, c'est le meilleur chrono réalisé durant l'épreuve collective qui les départagera (puis dans l'ordre du paragraphe « Épreuves » en cas d'égalité à nouveau).

L'organisateur se réserve le droit de réaliser un podium avec récompense. Les Classements seront affichés à l'issue des 5 épreuves.

## Jury

Pour toutes les épreuves, et afin de les sensibiliser à la fonction de Juge, les jurys seront des jeunes licenciés des catégories Benjamin à Cadet (2008 – 2013), sous la supervision de juges référents.

Toute personne souhaitant acquérir de l'expérience en tant que Juge pourra également se proposer spontanément.

L'organisateur se réserve le droit d'installer le chrono électrique (tout ou partie) pour parfaire la formation des intéressés.