

Endroit : Piste Claude-Ferragne, Laval

Heure : 9h30 à 14h00

ARTICLE 1 – Piste d’athlétisme

- Piste de 400m avec 8 couloirs
- La zone gazonnée au centre de la piste servira pour les épreuves de saut en hauteur ainsi que pour le lancer du poids
- 4 fosses de saut en longueur

ARTICLE 2 - ÉQUIPEMENTS

- Souliers de course ainsi que des vêtements adéquats pour la pratique sportive
- Sports Laval sera responsable de la remise des dossards pour chaque athlète sur place
- Chaque athlète doit porter le dossard en avant au niveau de la poitrine

ARTICLE 3 - ÉQUIPE

- La composition :
 - Une équipe doit être composée d’un maximum de 20 filles et de 20 garçons. Il n’y a pas de minimum requis.
 - Élèves de 5^e et 6^e année
 - Chaque participant inscrit doit obligatoirement participer à une épreuve sur piste (80m,150m ou 800m) ET une épreuve sur pelouse (saut en hauteur, saut en longueur ou lancer du poids).
 - Un élève ne peut pas être inscrit à plus de deux épreuves (une piste, une pelouse)

ARTICLE 4 – LISTE DES ÉPREUVES :

- Épreuves sur piste :
 - 80m (en couloir)
 - 80m haies (en couloir)
 - 150m (en couloir)
 - 800m (sans couloir)

- Épreuves sur piste : (Départ avec couloirs)
 - Relais 4x100m (en équipe)

- Épreuves sur pelouse :
 - Saut en hauteur
 - Saut en longueur
 - Lancé du poids

ARTICLE 5 – RÈGLES SPÉCIFIQUES À CHAQUE ÉPREUVE

*Épreuves hors concours

- 80m et 150m
 - Demeurer en corridor

- 80m haies *
 - L'épreuve des haies aura plusieurs vagues de départs pour que le plus d'athlètes puissent y participer.
 - La hauteur des haies est de 30 pouces. Il y aura 8 haies au total sur le parcours de 80m.
 - Distance entre la ligne de départ et la première haie = 12 mètres
 - Espace entre chaque haie = 7m50

- 800m
 - L'épreuve du 800m (2 tours de piste) se fera avec un départ similaire au cross-country avec 2 lignes ou plus sur la ligne de départ.

- Relais 4x100 (en équipe)
 - L'épreuve du relais 4x100m est une épreuve à part et ne sera pas dans le cumulatif du classement général de la compétition.
 - Chaque école pourra avoir un maximum d'une équipe par sexe.
 - Les équipes pour le relais doivent être déterminées à l'avance pour assurer le bon déroulement de cette épreuve.
 - Les équipes devront se présenter sur la pelouse afin de connaître l'ordre des coureurs.
 - L'échange du témoin se fait entre les 2 lignes jaunes qui ont un crochet.
 - Le départ se fait à la ligne de 400 mètres.
 - Le coureur demeure dans son corridor tout au long de sa course.

Saut en hauteur :

Hauteur de départ 1m

Hauteur primaire
1 m
1,05 m
1,10 m
1,15 m
1,20 m
1,25 m
Bonds de 3 cm par la suite

Saut en longueur :

- Chaque athlète aura le droit à 2 sauts
- Il y aura une course d'élan et l'athlète devra sauter sur la planche d'appel qui est située à 1 mètre du sable

Lancer du poids :

- Le poids utilisé pour le lancer est de 2kg pour les filles et le 3kg pour les garçons.
- Le poids doit demeurer près du cou tout au long de l'élan.
- Il est interdit de mettre le pied au-delà du butoir.
- L'athlète doit sortir par l'arrière du cercle.
- Chaque athlète aura le droit à 2 lancers

ARTICLE 6 – CLASSEMENT DE LA COMPÉTITION

- Il y aura une remise de médaille à la fin de la compétition seulement.
- Au total, 4 catégories auront une remise de médailles :

1. Catégorie masculine

2. Catégorie féminine

3. 4x100m relais masculin

4. 4x100m relais féminin

- **Catégorie masculine et féminine :**

- Un cumulatif des classements des 6 disciplines sera calculé pour la catégorie masculine et également pour la catégorie féminine.

- Les 6 disciplines avec un classement sont les suivantes :

1. 80m

2. 150m

3. 800m

4. Saut en longueur

5. Saut en hauteur

6. Lancer du poids

Classement pour chaque discipline

Position	Nombre de points
1 ^{ère}	5 points
2 ^e	4 points
3 ^e	3 points
4 ^e	2 points
5 ^e	1 point

- L'équipe (école) qui se retrouvera avec le plus de points sur les 6 disciplines se méritera la première position dans cette catégorie.
- Chaque élève d'une école sur le podium qui aura contribué à au moins un point se verra attribuer une médaille (dans sa catégorie respective).