

# Rencontre des Jeunes Normands 6-11 ans (MP/POU/PUP)



# Objectifs

- ▶ Développer l'offre de pratique des plus jeunes
- ▶ Favoriser les rencontres avec d'autres jeunes, d'autres clubs
- ▶ Initier, découvrir
- ▶ Permettre aux enfants (MP, POU, PUP) d'avoir accès aux épreuves
- ▶ Création de routines
- ▶ Développement des connaissances liées au sport dans toutes ses dimensions

# PROJET

- ▶ Proposer un challenge jeune sur 5 épreuves dont 3 sont obligatoires (décrite sur la diapo suivante), réparties sur les 5 départements de la région Normandie et participer à 5 disciplines différentes que sont le triathlon, le duathlon, l'aquathlon, le bike & Run et le Raid.
- ▶ Sont comptabilisés dans ce projet les épreuves organisées exclusivement pour les jeunes:
  - Aquathlon du printemps (ESMGO Triathlon) - 27 avril 2025
  - Aquathlon Team Val Eure Triathlon - 17 mai 2025
  - Triathlon jeune de La Neuville (Les Piranhas) - 25 mai 2025
  - Rando Triathlon de Coutances - mai-juin 2025
  - Triathlon jeune de Rouen (Rouen Triathlon) - 25 juin 2025
  - Adopte le Triathlon - animathlon (Triathlon des Docks) - 29 juin 2025
  - Triathlon des Vikings - animathlon (Deauville Trouville Triathlon) - 13 septembre 2025
  - Cross Duathlon jeune d'Arques la Bataille (Les Piranhas) - 07 décembre 2025

# 5 départements/5 disciplines /3 ateliers

- ▶ **Bike & Run:** Evreux (27) - ~~09 février 2025~~ reporté en oct-nov 2025
- ▶ **Aquathlon:** Eu-Mers-Le Tréport (76) - 30 mars 2025
- ▶ **Duathlon:** Granville (50) - 13 avril 2025
- ▶ **Raid:** Pont d'Ouilly (14) - 26 avril 2025
- ▶ **Triathlon:** Surviv'Orne (Flers-61)- 28 juin 2025

**Remise des récompenses: Samedi 13 décembre 2025 à HOULGATE - CRJS**

Public: Jeunes licenciés (MP-POU-PUP)

Date limite d'inscription et remise des t-shirts: 13 avril 2025

# Description des ateliers

Inscription auprès de la ligue pour connaître les jeunes qui participent au challenge sur le site de la ligue (google form) pour avoir la liste des enfants.

● Coût: Inscription au challenge: **15€** (+ goûter) hors inscription épreuve.

Inscription au challenge: participation à l'épreuve + 3 ateliers de 30' par journée + goûter (soit 2h30)

- ▶ Atelier nutrition (faire un menu équilibré, barres de céréales, boisson de l'effort, gâteau sport maison, vélo smoothie, ...)
- ▶ Atelier quiz
- ▶ Atelier Sensibilisation de lutte contre les violences dans le sport
- ▶ Atelier vélo (Epreuve Maniabilité vélo, sécurité routière, SRAV,...)
- ▶ Atelier médical (Fédération cardiologie: outils, goodies, jeux)
- ▶ Atelier Développement Durable (gestion des déchets, cf décheterie, SDOMODE)

- ▶ Atelier Santé (Planeth Patient)
- ▶ Atelier secourisme (pompiers, secouristes, ...)

Initiation au sauvetage aquatique par la SNSM ou les pompiers ou un BPJEPS

- ▶ Parcours avec handicap : les yeux bandés, fauteuils roulants en lien avec une asso qui accueille des sportifs en situation de handicap ...
- ▶ Gestion du stress de manière ludique par préparateur mental ou sophrologue
- ▶ Atelier mécanique vélo

# Matériel à prévoir

- ▶ Repas
- ▶ Eau

# BARÊME et Classement

▶ Participation à au moins 3 Epreuves identifiées + au moins un atelier pour comptabiliser les points sur chaque épreuve.

▶ Sur les épreuves annexes:

\*Compétitions: 1<sup>er</sup>= 1 point / 2<sup>ème</sup> = 2 points, etc

\*animathlons: -5 points = 1 animathlon

▶ 1 atelier= -5 points

▶ 1 épreuve à laquelle je participe = -5 points

▶ Celui qui a le moins de points remporte le challenge

→→→ Classement de celui qui a le plus participé puis récompense du meilleur en termes de places.

Mini-poussins Fille/Garçon

Poussin Fille/Garçon

Pupilles Fille/Garçon



# INSCRIPTION - 15€

► GOOGLE FORM:

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdwh3TlRDkjesKxqCj\\_sNwouZflWg0zu-qVgcvKmB0pvgkmjQ/viewform?usp=header](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdwh3TlRDkjesKxqCj_sNwouZflWg0zu-qVgcvKmB0pvgkmjQ/viewform?usp=header)