

KID ATHLÉ POUSS' ATHLON



SAMEDI 10 OCTOBRE 2026

STADE RANCEL UZÈS

**Rencontre départementale
automnale**



PROGRAMME

9H00 10H ACCUEIL INSCRIPTIONS CONSTITUTION GROUPES

10H 10H30 ÉCHAUFFEMENT COLLECTIF

10H30 ÉPREUVES

Programme éveil athlétisme : EA – U10

6 ateliers :

Endurance 8', saut grenouille, saut en croix, sprint haie slalom, saut en longueur avec précision, lancers sur cible.

Programme poussin e s : PO – U12

50 m, lancer medecine ball, saut longueur, 1000 m.

12H RÉCOMPENSES

Buvette mini restauration sur place

Aux clubs :

Inscriptions par mail : envoi fichiers tableur EA et PO club à uzesathletismeclub@gmail.com
avant jeudi 08 octobre soir

Aux parents : Merci d'apporter gâteaux, pâtisseries pour la buvette restauration
+ accompagner athlètes sur ateliers

Conseil : Venez tôt, le samedi jour de marché à Uzès et autres manifestations prévue stade Rancel ce jour !

Le club UZAC
Informations uzac.net

