



LIGUE SPORT ADAPTÉ NOUVELLE-AQUITAINE

2 Avenue de l'Université
33 400 TALENCE
Tél : 05 57 22 42 18
@ : secretariat@lsana.org



Talence, le 26 Avril 2021

Mesdames, Messieurs les Responsables des Associations du Sport Adapté,

Au vu de la situation sanitaire actuelle, la Ligue Sport Adapté Nouvelle-Aquitaine continue de vous proposer **des challenges compétitifs !**

Vous pourrez **participer à autant de challenges que vous le souhaitez.**

Nous vous proposons **des nouveaux ateliers dans 3 sports différents** (Basketball, Football et Pétanque) pour cette **quatrième et dernière session** de la saison.

La Ligue diffusera les **classements individuels** et **par établissement et/ou association sportive** de chaque sport à la fin de cette dernière session.

Une **dotation individuelle et collective récompensera les challenges !**

Vous trouverez ci-dessous le **challenge « Biathlon »**.

CHALLENGES – QUATRIÈME SESSION DU 26 AVRIL AU 15 JUIN 2021 CHALLENGE –BIATHLON

PROGRAMME

26 Avril 2021

Ouverture du Challenge

15 Juin 2021


Fin de la quatrième session – Date maximale pour envoyer les résultats

CONDITIONS D'INSCRIPTIONS

- ✓ Licence compétitive 2020-2021 obligatoire pour être dans le classement
- ✓ Licences non-compétitives acceptées, mais le sportif ne fera pas partie du classement

CONTACT

Pour toute question, contacter le référent régional Sports :

 Maxime BEGEAULT - maxime.begeault.lsana@gmail.com - 06 19 45 20 69

Soutenu
par



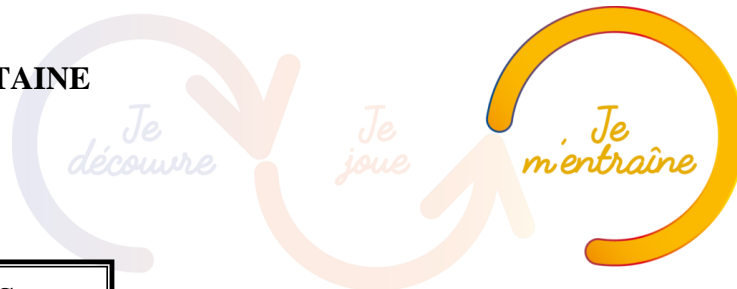
LIGUE SPORT ADAPTÉ NOUVELLE-AQUITAINE

2 Avenue de l'Université

33 400 TALENCE

Tél : 05 57 22 42 18

@ : secretariat@lsana.org

























FICHE INSCRIPTIONS ET RÉSULTATS

A RENVoyer AVANT LE 15 JUIN 2021 à l'adresse mail suivante : secretariat@lsana.org

Nom de L'association	
Personne(s) référente(s) N° Licence des personne(s) référente(s)	
N° Téléphone + Mail Réfèrent(s)	

	Licence 2020-2021	Nom/Prénom	Année de Naissance	Sexe	Classification	Temps réalisé
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						

Situation	Objectif(s)/But(s)	Dispositif(s)/ Matériel(s)	Critères de Réussite	Critères de Réalisation
Biathlon	Faire le parcours le plus rapidement possible en étant précis sur les différents ateliers.	<ul style="list-style-type: none">  Plots  Lattes  Cerceaux  Jalons  Balle de tennis  Ballon de Basket  Ballon de Hand  Chaise/Step  Panier de Basket  1 tour de pénalité = 10m <p>⇒ A adapter en fonction du matériel à votre disposition</p>	<ul style="list-style-type: none">  Réaliser le parcours en un minimum de temps  Les ateliers et les phases de courses doivent être enchainées.  Pas de temps de pause entre les différentes phases 	<ul style="list-style-type: none">  Début par une course de 50m, délimitée par des plots (carré de 15m*10m... en fonction de l'espace que vous avez).  1^{er} atelier de précision : 3 balles de tennis à lancer dans un cercle situé sur un mur à 5m. Cible ratée = 1 tour de pénalité Diamètre du cercle 50cm  Course de 50m  2^{ème} atelier de précision : 3 ballons de basket à lancer dans le panier (ou éducateur qui tient un cerceau en hauteur/cerceau sur jalons,...) (à 3m). Si panier loupé, un tour de pénalité  Course de 50m  3^{ème} atelier de précision : 3 ballons de hand à lancer sur une cible au sol (à 10m). Cible ratée = 1 tour de pénalité  Course de 50m  4^{ème} Atelier de précision : Balle de tennis à lâcher d'une hauteur (chaise/step/...) sur des cibles. 3 Balles. Chaque balle doit atteindre une cible différente. Cible ratée = 1 tour de pénalité  Course de 50m

Disposition possible :

Départ de l'atelier 1 (marque verte) avec une course au plot A en suivant le chemin, pour revenir à l'atelier 1 et faire l'atelier. Puis passer à chaque fois au plot A avant de faire le prochain atelier.

A chaque passage au centre de la croix, le pied du sportif doit être dans le carré rouge (50cm*50cm)

