

NOM:

Prénom:

	ÉPREUVES BENJAMINS	ÉPREUVES BENJAMINES	ÉPREUVES MINIMES GARÇONS	ÉPREUVES MINIMES FILLES	ÉPREUVES CADETS	ÉPREUVES CADETTES
FAMILLES						
VITESSE	50 m 100 m	50 m 100 m	50 m 100 m	50 m 100 m	100 m 400 m	100 m 400 m
HAIES	50 m haies de 65 à 76 cm	50 m haies de 65 à 76 cm	80 m haies 100 m haies 200 m haies	50 m haies 80 m haies 200 m haies	110 m haies 400 m haies	100 haies 400 haies
DEMI-FOND MARCHE	1000 m 2000 m marche	1000 m 2000 m marche	1000 m 3000 m 3000 m marche	1000 m 2000 m 2000 m marche	800 m 1500 m 3000 m marche	800 m 1500 m 3000 m marche
SAUTS DE DISTANCES	Longueur Triple saut	Longueur Triple saut	Longueur Triple saut	Longueur Triple saut	Longueur Triple saut	Longueur Triple saut
SAUTS AVEC BARRE	Hauteur Perche	Hauteur Perche	Hauteur Perche	Hauteur Perche	Hauteur Perche	Hauteur Perche
LANCERS EN TRANSLATION	Poids (3kg) Javelot (500g)	Poids (2kg) Javelot (400g)	Poids (4kg) Javelot (600g)	Poids (3kg) Javelot (500g)	Poids (5kg) Javelot (700g)	Poids (3kg) Javelot (500g)
LANCERS EN ROTATION	Disque (1kg) Marteau (3kg)	Disque (600g) Marteau (2kg)	Disque (1,250kg) Marteau (4kg)	Disque (800g) Marteau (3kg)	Disque (1,5kg) Marteau (5kg)	Disque (1kg) Marteau (3kg)
RELAIS	4 x 60 m	4 x 60 m	4 x 60 m	4 x 60 m	4 x 100 m	4 x 100 m

Inscrire un numéro d'ordre selon les épreuves désirées:

Exemple:

Si choix n°1 est le 1000m (rayé le 1000 marche et inscrire 1 dans la case),

Faire de même avec le choix 2, le choix 3, ...

DEMI-FOND MARCHE	1000 m 2000 m 1 marche
---------------------	---------------------------------------------