



Ligue de Bretagne Sport Adapté



Dossier d'inscription Championnat Régional de CROSS SAJ Et jeux biathlon SAJ 2019

Le Comité Départemental du Sport Adapté des Côtes d'Armor (CDSA 22) organise en partenariat avec l'UNSS 22 une journée à destination des jeunes en situation de handicap mental. Sur cette journée 2 manifestations vous seront proposées : **le Championnat Régional cross SAJ et le Jeux de Sarbathlon** qui se dérouleront le :

20 Novembre 2019

À Yffiniac

De 10h30 à 16h15

Organisation :

Le championnat Régional de CROSS SAJ :

Cette rencontre est une compétition Sport Adapté Jeunes ouverte aux personnes en situation de handicap mental et/ou psychiques licenciés à la FFSA pour la saison 2019/2020. Elle fait partie du programme « Je m'entraîne »

Pour participer à cette journée, il faut :

- Avoir une licence compétition pour la saison 2019/2020
- Ne pas présenter de contre-indication médicale à la pratique *du cross en compétition*

Les Jeux de Sarbathlon :

Cette rencontre fait partie du programme « Je joue » pour des jeunes ne souhaitant pas ou n'étant pas en capacité de participer à des rencontres compétitives.

Pour participer à cette journée, il faut :

- Avoir une licence compétitive ou non-compétitive pour la saison 2019/2020
- Ne pas présenter de contre-indication médicale à la pratique *du sarbathlon (course et sarbacane)*

Récompenses :

Une médaille sera remis aux 3 premiers en fonction du sexe, de la catégorie d'âge et de la classe Concernant le championnat régional de cross SAJ

Un diplôme + des petits lots seront transmis aux sportifs ayant participé au jeu biathlon en fonction des points obtenus (une étoile-2 étoiles ou 3 étoiles)



Ligue de Bretagne Sport Adapté



Programme prévisionnel :

Planning Cross :

<u>10h30</u>	Accueil des sportifs
<u>11h15</u>	1 ^{ère} course cross <u>11h15-15h15</u>
<u>15h15</u>	Dernière course

Planning Jeu Biathlon :

<u>10h30</u>	Accueil des sportifs
<u>11h15- 15h15</u>	Départ jeu biathlon (Planning à déterminer en fonction des inscrits)

Boisson chaude :

Prévoir le pique-nique pour le repas du midi. L'heure pour vous restaurer est libre.

Une boisson chaude, un gâteau, des fruits : offerts par l'UNSS 22, ils seront distribués à tous les arrivants sur présentation d'un ticket boisson remis à l'arrivée.

Inscription :

- Cout de l'inscription : 2€ par sportif
- Vous trouverez ci-joint la fiche d'inscription à nous retourner avant **le mercredi 13 novembre au plus tard** (délai en rigueur) à l'adresse suivante : CDSA 22- MDS, 18, rue pierre de Coubertin 22440 PLOUFRAGAN ou par mail sabrina.andre.cdsa22@gmail.com

Le championnat régional de Cross :

- Les sportifs seront intégrés aux courses UNSS correspondant à la distance prévue par le règlement FFSA.
- Afin que nous les classions différemment, les licenciés Sport Adapté auront **un dossard différent** de ceux de l'UNSS. Vous pourrez venir les prendre à l'accueil sport adapté **dès 10h30**.
- A L'ARRIVEE DE LA COURSE :
 - Pour une meilleure efficacité, merci aux éducateurs des établissements de s'assurer que le dossard des sportifs soit visible pour les chronométreurs à l'arrivée (Nous vous demandons de **prévoir vos épingles !**)
 - Les dossards sont décrochés par les juges après l'arrivée.
 - Informez les élèves qu'ils doivent commencer à décrocher leur dossard dans les barrières (gain de temps)
 - Une fois sorti des barrières, l'élève rejoint son responsable d'équipe en un lieu précisé à l'avance (n'encombrez pas la zone de récupération ni la sortie de cette zone).



Ligue de Bretagne Sport Adapté



Les jeux de Biathlon :

Par équipe de 2, faire le parcours sous forme de relais alliant course à pied et biathlon.

Chacun des concurrents devra :

- Parcourir, une distance de 800m environ,
- Utiliser la sarbacane pour souffler les 5 flèches afin d'obtenir le maximum de points
- Taper dans la main de son partenaire qui fera le même parcours

Chaque concurrent devra effectuer 2 fois le même parcours (course + sarbacane)

Les points donnés seront les suivants :

Critères	Nombre de points attribués
Jeu non réalisé Non présentation de l'équipe à l'épreuve	0 point
Jeu réalisé Participation au jeu	5 points
Jeu réalisé++ Jeu réalisé dans un temps déterminé par les organisateurs	De 1 à 15 points
Jeu réalisé ++ En fonction de la précision sur la cible (sarbacane)	De 1 à 15 points



Ligue de Bretagne Sport Adapté



Plan d'accès au site

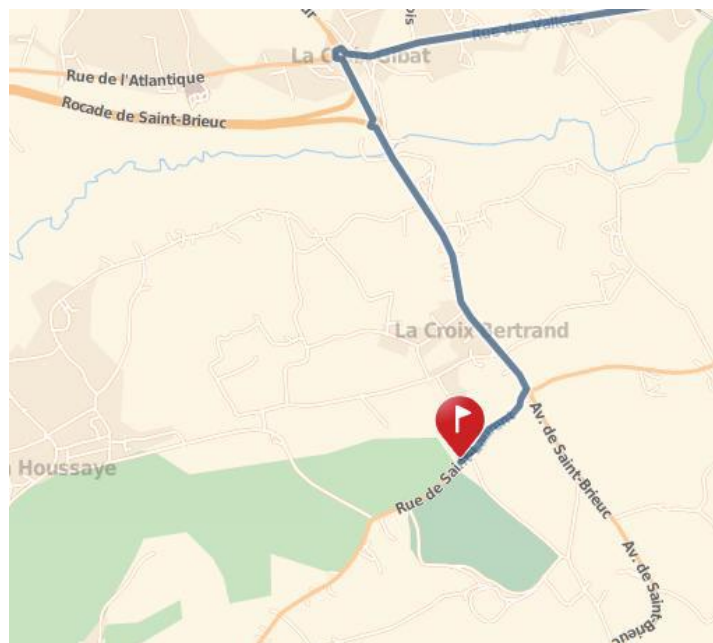
Hippodrome de la baie – Rue Saint-Laurent 22120 Yffiniac

Arrivée du Centre Bretagne :

- Après Plaintel, Prendre la rocade de Saint-Brieuc D222 direction Rennes, Dinan, Lamballe, Trégueux
- Au rond-point prendre la 1ère sortie
- Passer la Croix-Bertrand
- Au rond-point prendre la 1ère sortie, la rue saint Laurent.

Arrivé de la RN12

- Sortir à la sortie du Perray direction Yffiniac Sur la D10
- Au rond-point prendre la 1ère sortie
- Au 2ème rond-point, prendre la Dernière sortie, direction Moncontour.
- Au 3ème rond-point, prendre la 2ème sortie
- Passer la Croix-Bertrand
- Au 4ème rond-point prendre la 1ère sortie, rue saint Laurent.



Des fléchages Bleues FFSA vous guideront sur place

Contact

Inscriptions et renseignements :

Sabrina ANDRE

CDSA 22- MDS, 18, rue pierre de Coubertin 22440 PLOUFRAGAN
sabrina.andre.cdsa22@gmail.com / 02 96 76 25 32 - 06 72 22 52 53



Ligue de Bretagne Sport Adapté



Fiche d'inscription

Championnat de Bretagne de CROSS SAJ

20 novembre 2019

10h30-16h15

Yffiniac (22)

A transmettre directement au CSA22 pour le **mercredi 13 novembre au plus tard** délai de rigueur :

Inscription :

Sabrina André

CDSA22 - MDS, 18, rue pierre de Coubertin 22440 PLOUFRAGAN

Mail : sabrina.andre.cdsa22@gmail.com

Tel : 02 96 76 25 32 / 06 72 22 52 53

Etablissement / Association :

Nom du responsable :

Adresse :

Mail : @

Tel : / / / / Portable : / / / /

Nom du sportif	Prénom	N° de licence	Date de Naissance	Catégorie	Sexe		Classe	N° de Course
					Fem	Hom		
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		



Ligue de Bretagne Sport Adapté



Fiche d'inscription

Jeux régionaux Sarbathlon SAJ

20 novembre 2019

10h30-16h15

Yffiniac (22)

A transmettre directement au CSA22 pour le **mercredi 13 novembre au plus tard** délai de rigueur :

Inscription :

Sabrina André

CDSA22 - MDS, 18, rue pierre de Coubertin 22440 PLOUFRAGAN

Mail : sabrina.andre.cdsa22@gmail.com

Tel : 02 96 76 25 32 / 06 72 22 52 53

Etablissement / Association :

Nom du responsable :

Adresse :

Mail : @

Tel : / / / / Portable : / / / /

Nom du sportif	Prénom	N° de licence	Date de Naissance	Catégorie	Sexe		Sarbathlon
					Fem	Hom	
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	