

RELAIS A2M

SAMEDI 20 NOV. 2010 de 14 à 18 h

A LA HALLE D'ATHLETISME

informations disponibles sur les sites www.couriramezmetropole.org et www.a2m-athle.fr
et pour toutes questions, une seule adresse mail: contact@couriramezmetropole.org

OBJECTIF :

réunir, à partir d'un prétexte sportif, les athlètes de tous âges et de tous niveaux, afin qu'ils se retrouvent ou lient connaissance autour d'un buffet convivial.

Qui?

tous les athlètes A2M , les foulées de TOM,
les triathlètes, les clubs voisins, ...

Comment?

On constitue des équipes de 12 à 15,
chacun fait 1 tour (soit 200 m),
les plus jeunes partent en premiers.

En pratique :

**N'oublie pas
des baskets
propres !!!**

14h00 : accueil des participants et chacun
sera badgé avec son prénom
14h30 : constitution des équipes par
cooptation (comme à l'école)
15h00 : échauffement collectif
15h30 : ½ finales / finales
16h00 : remise des récompenses et buffet

Tarif :

7€ pour le buffet (gratuit jusqu'à 14ans inclus)

Bulletin d'inscription à rendre à l'entraîneur ou à un membre du comité des fêtes
pour **le 7 novembre** avec le montant de l'inscription

Nom..... Prénom.....

N°licence : Certificat médical : OUI NON

Montant : X 7€ = €