

PARCOURS SPORTIF

Dimanche 15 septembre 2019 de 10H00 à 12H00

Principe - Objectif

Par famille (parents/enfants), réaliser le plus grand nombre de tours par équipes de 2 : un enfant + un adulte, dans le village de Carros suivant un parcours fléché.

Lors de chaque tour (distance totale d'environ 800 m), les 2 membres de l'équipe peuvent être différents au sein d'une même famille (toujours entre parents/enfants).

Le déplacement peut se faire en marchant, en trotinant ou en courant et les deux membres de l'équipe ne doivent jamais se séparer sur le parcours.

A mi-parcours (jardin d'enfants du village) chaque équipe devra effectuer les exercices suivants :

- 20 sauts en corde à sauter,
- 10 flexions sur les jambes avec une petite haltère,
- 10 passes de ballon lesté entre l'adulte et l'enfant.

Un point de couleur sera apposé sur les tee-shirt des participants afin de valider ce point de passage.

Au château, il faudra récupérer un objet qui permettra de valider le passage à ce point clef du parcours.

Chaque famille aura un numéro de dossard et le comptage des tours se fera dans la zone arrivée/départ au vu du marquage des tee-shirt et sur présentation de l'objet récupéré au point de passage du château de Carros. **Les tours effectués par les enfants scolarisés en maternelle comptent double.**

L'épreuve n'est pas chronométrée, le nombre de tours réalisés par chaque famille dans les 2h du challenge lui permettra d'obtenir le diplôme suivant :

- 1 à 2 tours : **famille motivée**
- 3 à 4 tours : **famille active**
- plus de 4 tours : **famille sportive.**

Inscriptions - Equipements

Les inscriptions se font par email (pitchounsfiori@hotmail.com) avant **le mardi 10 septembre 2019** à l'aide du bulletin ci-après ou par remise de celui-ci dans les cahiers de correspondance des enfants.

Les inscriptions sont limitées aux trente premières équipes (familles).

Chaque famille devra se présenter au départ munie d'un **tee-shirt adulte et d'un tee-shirt enfant usés qui serviront de dossards**. Merci de prévoir des couleurs unies en raison du marquage du numéro de l'équipe à la peinture par les organisateurs.

Chaque membre adulte et enfant de l'équipe devra porter le tee-shirt sur le parcours. En cas de changement de partenaires dans la zone départ/arrivée, un changement de tee-shirt devra être effectué.

Départs - Arrivées

Le départ sera pris entre 10H00 et 11H30 et le passage en zone départ/arrivée est obligatoire à chaque tour.

Le douzième coup de cloche de l'église marquera la fin du challenge, sachant que tous les tours en cours pourront être terminés.

Une **PASTA PARTY** aura lieu place Capel de 12H00 à 13H00 en toute convivialité. Les inscriptions devront être effectuées avant le mardi 10 septembre 2019 car les places sont limitées, moyennant une participation de **1,50 euros par personne.**

ASSOCIATION LES PITCHOUNS DE L'ECOLE LOUIS FIORI

pitchounsfiori@hotmail.com

Inscription au PARCOURS SPORTIF EN FAMILLE
le dimanche 15 septembre 2019 de 10h00 à 12h00
date limite de réponse mardi 10 septembre 2019

NOM _____
Prénoms du /des enfants _____
Age des enfants : _____
Téléphone : _____
Email: _____



* Pour toute correspondance par mail, pensez à vérifier dans vos spams.

ASSOCIATION LES PITCHOUNS DE L'ECOLE LOUIS FIORI

pitchounsfiori@hotmail.com

Inscription à la PASTA PARTY
le dimanche 15 septembre 2019 de 12h00 à 13h00
date limite de réponse mardi 10 septembre 2019

NOM _____
Nombre de participants : _____
Email : _____
Téléphone : _____
Règlement (Nbre X 1,50 euros) : _____



* Pour toute correspondance par mail, pensez à vérifier dans vos spams.