

CNJ3/CJR2 – La Grande-Motte

Samedi 24 Janvier 2026

Engagements:

CNJ3: Engagements sur serveur fédéral

CJR2 : engagements sur fichier excel



Horaires :

- Accueil : 8h30
- Réunion Délégué : 08h45
- Épreuves matinée : 9h15-12h
- Pause : 12h-13h
- Épreuves après-midi : 13h-16h00
- Remise des récompenses : 16h15

Épreuves :

Matin :

Épreuves au sol CNJ3 : Voir les épreuves en PJ (Pompes/Tirage/Saut ..)

Course à pied : 2000m (J14/J12) 1500m (J11/J10)

Après-midi :

Bateau : Course en ligne 300m (Yolette)

Ergo : 2000m Relais (8x250m)

Parcours Combattant : Parcours d'obstacle

Organisation : Formation d'équipes de 4 (Mixte de club) avec 4 équipes par atelier soit 16 jeunes par atelier (Limite fixé par le nombre de Yolettes) des ateliers optionnels peuvent être ajoutés afin de limiter les temps d'attente (Morpion/QCM/Équipement Bateau CLM/Course en Sac)

L'enchaînement des épreuves dépendra des catégories et du nombre d'engagés.

Buvette et restauration rapide assurées tout au long de la journée (CB/Espèce)

Pour tout renseignement complémentaire joindre :

Emmanuel Six – Chef de base ACP Grande-Motte

Tél : 06 64 31 73 38 – Mail : emmanuelsix.acp@gmail.com