**TRIATHLON 2019**

|  |
| --- |
| Le jeudi 4 avril |

Triathlon scolaire organisé pour la 6ème primaire, les premiers et seconds degrés de l’enseignement secondaire

|  |
| --- |
| Règlement -Informations |

8 équipes (25 élèves) issues des classes de 6ème de l’enseignement primaire de la région bruxelloise

8 équipes (20 élèves) issues du premier degré de l’enseignement secondaire de la région bruxelloise

8 équipes (20 élèves) issues du deuxième degré de l’enseignement secondaire de la région bruxelloise

Chaque école a la possibilité d’inscrire 1 équipe dans chaque catégorie, mais également 2 équipes dans une même catégorie.

L’équité du nombre de catégorie étant prioritaire, nous nous réservons le droit de modifier cette répartition si la demande est importante.

Le nombre de places étant limité à 24, nous vous invitons à remplir et à renvoyer le bulletin d’inscription ci-joint au plus tôt par courriel ou fax.

**Mixité obligatoire à raison de 5 filles ou garçons par groupe complet (20 Es)**

Classement séparé pour les degrés

Début des activités : 9h

Fin des activités : 15h30

Activités de la journée :

Natation - Activité vélo - Activité course à pied

**Pause du midi** :

Celle-ci se déroulera durant les périodes entre les différentes activités.

Une collation est à prévoir, ainsi que des boissons en suffisance

**Changement de postes pour les élèves** :

Des navettes assureront les déplacements (bus) entre les différentes activités.

(Natation ⬄ VTT, course à pied)

Le temps de changement entre les différentes activités est estimé à 100 min.

**Tableau récapitulatif des activités et lieux**

|  |  |
| --- | --- |
| Discipline | Lieu |
|  |  |
| Natation | Complexe sportif de Neder-Over-Hembeek  Rue de Lombartzijde 120  1120 Bruxelles |
| Course à pied | Centre sportif de Neder-Over-Hembeek  Site du petit chemin vert  1120 Bruxelles |
| VTT | Trassersweg : A 300 m du petit chemin vert |

Natation

Courses relais de 45 min. dans un couloir

Relais par 2 => le relais suivant ne peut quitter le plot qu’à l’arrivée des 2 autres nageurs ayant effectué la longueur.

La distance totale parcourue est comptabilisée

**Matériel à prévoir :**

**Maillot 1 pièce pour les filles**

**Maillot classique pour les garçons (pas de short)**

**Bonnet obligatoire**

Parcours Vtt

Relais de 45 min.

Chaque équipe réalise un parcours en relais par 4 de front.

Départ décalé pour chaque groupe (départ - endroits différents)

(Distance max entre élèves d’une même équipe : 2-5m).

La distance totale parcourue /nbre de tours parcourus sont comptabilisés

Le port du casque (fourni par l’organisateur) est obligatoire.

**Matériel à prévoir :**

**Une paire de gants + lunettes (facultatif)**

Course à pied

Relais par groupe de 5 élèves en secondaire et 6 élèves en primaire toute les 10 min durant 40 min.

Départ décalé pour chaque groupe (départ - endroits différents)

Allure libre

Nombre total de tours effectués comptabilisé

**Matériel à prévoir:**

**Une paire de chaussures de sport**

**Les pantoufles de gymnastique sont vivement déconseillées !!!**

**IMPORTANT !!!!!**

**Les activités vtt et course à pied se déroulant à l’extérieur ,**

**il est recommandé aux élèves de prévoir des chaussures supplémentaires ainsi que d’autres vêtements (pluie)**

NB : Un courrier/courriel sera envoyé avant la journée de compétition pour désigner le lieu du début d’activité ( cf. organigramme )

**Règlement d’ordre intérieur**

Dans le cadre du projet du triathlon qui se déroulera le jeudi 4 avril 2019 à Bruxelles, un règlement d’ordre intérieur est établi.

Celui-ci doit être impérativement respecté.

1. **Esprit de coopération, fair-play**
2. **Respect du règlement spécifique à chaque discipline**
3. **Respect des parcours, du balisage**
4. **Respect du timing entre les activités**
5. **Attitude civique pendant, et entre les activités, durant la journée**
6. **Respect de l’environnement**
7. **Le non-respect de la mixité par équipe entraînera une non-participation à la compétition /inscription**

**Le non respect des règles établies entraînera l’élimination directe et définitive de l’équipe entière**

**Sécurité**

Présence de la Croix Rouge, sur place, à différents endroits.

Les épreuves seront encadrées par les étudiants en régendat d’éducation physique de l’I.E.P. du Parnasse Deux Alice.

Nous insistons bien sur le fait que cette activité doit être bien préparée, et ce , pour éviter tout problème de santé lors des différentes activités.

NB : les professeurs accompagnant leur groupe devront se munir d’une déclaration d’accident…

**Horaire de la journée**

8h15 : Accueil des 12 premières équipes

9h00 : Départ de la première rotation

9h50 : Accueil des 12 équipes suivantes

10h00 : Début de la deuxième rotation

14h45 : Fin de la dernière rotation

15h30 : Proclamation des résultats

Nous vous souhaitons bonne lecture du dossier, une bonne préparation en vue de cette journée et souhaitons vous voir nombreux à cette journée.

Pour toute informations supplémentaires vous pouvez nous contacter au :

Tél : 02 506 43 65 pour la FSEOS GSM : 0473.729.048 : Jean-Pierre Hamel

Tél : 02 372 07 39 pour la FSWBE GSM : 0478 232 314 : Roland Giesbers

Tél : 02 771 81 37 pour la FRSEL GSM : 0475 633 831 : Guy De Meerschman

Bulletin d’inscription - journée du jeudi **4 avril 2019**

**Merci d’écrire en écriture d’imprimerie**

|  |  |
| --- | --- |
| Ecole |  |
| Adresse |  |
| Tél : | @mail : |
| Prof. D’éd. Phys. |  |
| Gsm : | @mail : |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Équipe | 6ème primaire | 1er degré | 2ème degré |
| nombre |  |  |  |
| Total Es |  | | |

Date limite des inscriptions **: vendredi 22 mars 2019**

Inscription à envoyer au secrétariat de l’organisation :

[brabant@frsel.be](mailto:brabant@frsel.be)

ou

Fax : 02 763.31.89

Renseignement FRSEL : 02 771.81.87 – 0473 95.77.60

**Liste des élèves participants à la journée Triathlon 2019**

**6ème primaire**

(A faxer au secrétariat de l’organisation: 02 763.31.89

Ou via Email : [brabant@frsel.be](mailto:brabant@frsel.be))

|  |  |
| --- | --- |
| Ecole : | Tél : |
| Prof.resp. : | Gsm : |
| Degré : |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Nombre | Nom | Prénom | Date de naissance |
| 1 |  |  |  |
| 2 |  |  |  |
| 3 |  |  |  |
| 4 |  |  |  |
| 5 |  |  |  |
| 6 |  |  |  |
| 7 |  |  |  |
| 8 |  |  |  |
| 9 |  |  |  |
| 10 |  |  |  |
| 11 |  |  |  |
| 12 |  |  |  |
| 13 |  |  |  |
| 14 |  |  |  |
| 15 |  |  |  |
| 16 |  |  |  |
| 17 |  |  |  |
| 18 |  |  |  |
| 19 |  |  |  |
| 20 |  |  |  |
| 21 |  |  |  |
| 22 |  |  |  |
| 23 |  |  |  |
| 24 |  |  |  |
| 25 |  |  |  |

Cachet de l’école  Signature du chef d’établissement

**Liste des élèves participants à la journée Triathlon 2019**

**1er et 2ème degrés du secondaire**

(A faxer au secrétariat de l’organisation: 02 763.31.89

Ou via Email : [brabant@frsel.be](mailto:brabant@frsel.be))

(1 liste nominative par degré)

|  |  |
| --- | --- |
| Ecole : | Tél : |
| Prof.resp. : | Gsm : |
| Degré : |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Nombre | Nom | Prénom | Date de naissance |
| 1 |  |  |  |
| 2 |  |  |  |
| 3 |  |  |  |
| 4 |  |  |  |
| 5 |  |  |  |
| 6 |  |  |  |
| 7 |  |  |  |
| 8 |  |  |  |
| 9 |  |  |  |
| 10 |  |  |  |
| 11 |  |  |  |
| 12 |  |  |  |
| 13 |  |  |  |
| 14 |  |  |  |
| 15 |  |  |  |
| 16 |  |  |  |
| 17 |  |  |  |
| 18 |  |  |  |
| 19 |  |  |  |
| 20 |  |  |  |

Cachet de l’école  Signature du chef d’établissement