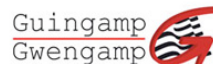




Stage et Championnat Départemental de Para-athlétisme Adapté et jeux athlétiques SAJ 2025



Réservé aux licenciés Sport Adapté

Le Comité Départemental Sport Adapté des Côtes d'Armor (CDSA 22) vous propose deux temps de para athlétisme adapté.

Le 18 mars, nous vous proposons en partenariat avec l'UFR STAPS de Saint-Brieuc **un stage d'initiation et d'entraînement de para-athlétisme**. Ces temps, vous permettrons de se préparer aux journées :

« Je m'entraîne » :

- Le championnat départemental PARA ATHLÉTISME ADAPTÉ aura lieu **le 1er avril 2026 également à Saint-Agathon.**

« Je joue » :

- Les jeux départementaux d'athlétisme qui auront lieu en parallèle **le 1er avril 2026 également à Saint-Agathon.**

ORGANISATION du stage :

QUAND ? Le mercredi 18 mars 2026 de 10h à 12h30

OÙ ? A la **salle Maryvonne DUPUREUR à Saint-Brieuc**

PAR QUI ? Ces séances seront encadrées par les étudiants STAPS APAS du Campus Mazier supervisés par leur professeur d'athlétisme Jean PEYSSON, Sabrina ANDRE, CTF du CDSA 22.

- 10h-10h15 : accueil des participants
- 10h15-10h30 : échauffement
- 10h30-12h30 : Ateliers autour du para athlétisme adapté

ORGANISATION du championnat départemental para athlétisme adapté et rencontre « Je joue » :

QUAND ? Le mercredi 1er avril 2026 de 10h à 15h15

OÙ ? A la **salle Maryvonne DUPUREUR à Saint-Brieuc**

PAR QUI ? Le club affilié au Sport Adapté : Trégor Goelo Athlétisme en partenariat avec le CDSA22, Sabrina ANDRE, CTF du CDSA 22.

- 10h-10h30 : Accueil des sportifs, retrait des dossards
- 10h30-12h30 : Compétition / Jeux athlétiques
- 12h30-13h30 : Pause déjeuner (Pique-Nique en extérieur, gradins couverts stade)
- 13h30 – 14h45 : Compétition / Jeux athlétiques
- 14h45-15h15 : Remise des récompenses et Goûter

MODALITÉS :

Le stage est gratuit pour tous mais la journée compétitive et de loisirs à Guingamp est de 3€.

Pour y participer, les sportifs doivent :

- Être licenciés à la FFSA
- S'inscrire sur le site internet une semaine avant chaque évènement : <https://cdsa22.com/nos-manifestations>
-

Règlement :

Quadrathlon (compétition) : Chaque participant aura 4 épreuves à effectuer : Lancer- Saut- Sprint- Demi fond en fonction de sa classe, son âge et son sexe.

QUADRATHLON CLASSE CD-DE

-10ANS	-12ANS	-14ANS	-16ANS	-18ANS	-21ANS
50m	50m	100m	100m	100m	100m
VORTEX	POIDS Masculin : 3Kg Féminin : 2Kg	POIDS Masculin : 4Kg Féminin : 2Kg	POIDS Masculin : 5Kg Féminin : 3Kg	POIDS Masculin : 6Kg Féminin : 4Kg	POIDS Masculin : 7.260Kg Féminin : 4Kg
LONGUEUR	LONGUEUR	LONGUEUR	LONGUEUR	LONGUEUR	LONGUEUR
400M départ en ligne	800M départ en ligne	1000M	1000M	1000M	1000M

lundi 2

QUADRATHLON CLASSE BC

-10ANS	-12ANS	-14ANS	-16ANS	-18ANS	-21ANS
50M	50M	50M	100M	100M	100M
VORTEX	VORTEX	VORTEX	VORTEX	VORTEX	VORTEX
LONGUEUR	LONGUEUR	LONGUEUR	LONGUEUR	LONGUEUR	LONGUEUR
400M départ en ligne	800M départ en ligne	800M départ en ligne	800M départ en ligne	800M départ en ligne	800M départ en ligne

QUADRATHLON CLASSE AB

-10ANS	-12ANS	-14ANS	-16ANS	-18ANS	-21ANS
50M	50M	50M	50M	50M	50M
VORTEX	VORTEX	VORTEX	VORTEX	VORTEX	VORTEX
LONGUEUR	LONGUEUR	LONGUEUR	LONGUEUR	LONGUEUR	LONGUEUR
400M départ en ligne	400M départ en ligne	400M départ en ligne	400M départ en ligne	400M départ en ligne	400M départ en ligne

Jeux d'athlétisme :

Nous vous proposons en parallèle du championnat régional d'athlétisme en Sport Adapté Jeunes, une rencontre non compétitive sur l'athlétisme qui fait le lien avec les journées « je joue » proposées dans le programme SAJ.

Chaque équipe sera composée de 2 personnes et réaliser des jeux d'athlétisme. En fonction des jeux réalisés, ils remporteront des points.

Ce n'est pas une compétition, il n'y aura donc pas de récompenses mais un diplôme de réalisation suivant le nombre de points obtenus : Diplôme 1 étoile, 2 étoiles ou 3 étoiles.

La participation à l'activité loisirs athlétisme ne dispense pas de licence sport adapté annuelle ou découverte (contacter le CDSA 22 02 96 16 25 32 ou 07 77 84 59 24 sabrina.andre.cdsa22@gmail.com).

CONTACT :

Sabrina ANDRE- Agent de Développement et d'animation du CDSA 22

07 77 84 59 24- 02 96 76 25 32

sabrina.andre.cdsa22@gmail.com