



# CNJ3/CJR2 – Grande-Motte

## Samedi 18 Janvier 2025

### Engagements:

CNJ/CJR : Engagements sur serveur fédérale

**[Serveur fédérale : Cliquer ici](#)**

### Horaires :

Réunion Délégué : Vendredi 18h30

ID de réunion : 881 5767 7440

Code secret réunion : 0BxSyw

Accueil : 8h30

Épreuves matinée : 9h-12h

Pause : 12h-13h

Épreuves après-midi : 13h-16h30

Remise des récompenses : 16h30-17h

### Épreuves :

#### Matin :

Épreuves au sol CNJ : 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 :** L'objectif est d'avoir des équipes de 4 (Mixte de club) avec 4 équipes par atelier soit 16 jeunes par atelier (Limite fixé par le nombre de Yolette) des ateliers optionnels sont ajoutable afin de limitées les temps d'attente (Morpion/QCM/Équipement Bateau CLM/Course en Sac)

L'enchaînement des épreuves dépendra des catégories et du nombre d'engagés. Il vous sera communiqué au plus tard à la réunion des délégués.

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

**Pour tout renseignement complémentaire joindre :**

**Nathan Puech – Responsable sportif ACP Grande-Motte**

**Tél : 06 80 44 26 01 – Mail : [nathan.puech.34@gmail.com](mailto:nathan.puech.34@gmail.com)**