



Circuit National n°1

U17-U19-U22

Femmes-Hommes

18 & 19 Novembre 2023

Perpignan

Samedi 18 novembre

8h30 accueil des équipes Parc des Sports Avenue Paul Alduy 66000 Perpignan

9h00 Réunion technique pour toutes les catégories Halle des sports

U19-U22 Hommes et Femmes

09h00 Echauffement Escrime Parc des sports
Halle Marcel Cerdan Perpignan

09h30 Compétition Escrime

12h30 Bonus Round Escrime

18h00 Ouverture du bassin Espace Aquasud
1 Rue Montesquieu St Cyprien

18h15 Echauffement Natation

18h40 Compétition Natation Femmes puis
Hommes

U17 Hommes et Femmes

12h30 Echauffement Escrime Parc des Sports
Halle Marcel Cerdan Perpignan

13h00 Compétition Escrime

16h30 Bonus Round Escrime

18h00 Ouverture du bassin Espace Aquasud
1 Rue Montesquieu St Cyprien

19h30 Echauffement Natation

19h50 Compétition Natation Femmes puis
Hommes

Dimanche 19 novembre

U19-U22 Hommes et Femmes

08h15 Echauffement Parcours d'obstacles
gymnase Parc des sports

08h45 Compétition Parcours d'obstacles

11h15 Echauffement Laser Run Femmes (12')

**11H30 Compétition Laser Run U19-U22
Femmes**

11h45 Echauffement Laser Run Hommes (12')

12H00 Compétition Laser Run Hommes

U17 Hommes et Femmes

10h00 Echauffement Parcours d'obstacles

10h30 Compétition Parcours d'obstacles

12h30 Echauffement Laser Run Femmes (12')

12H45 Compétition Laser Run U17 Femmes

13h00 Echauffement Laser Run Hommes (12')

13H15 Compétition Laser Run U17 Hommes

13h45 Remise des prix

Départ des équipes : dimanche à l'issue de la remise des prix

INFO

- Paniers repas 12€/pers possible sur commande samedi et/ou dimanche (pentaperp@yahoo.com) *au plus tard le mardi 7 novembre.*
- Engagements sur le site fédéral. (Attention à la date limite d'engagement)
- Préciser les équipes d'escrime par mail : corinebouzou@ffpentathlon.fr,
- Prévoir de régler les engagements au plus tard à la réunion technique
- Si vous avez besoin de transport merci de nous prévenir *au plus tard le mardi 7 novembre.*

POSSIBILITÉS D'HÉBERGEMENT :

- Hôtel Campanile Perpignan sud
05 68 56 75 75
12 rue Alphonse Laveran 66100 Perpignan
- Hôtel BB Perpignan sud
GPS Mas bon secours 314 chemin du mas palegry
66100 Perpignan / 0892 78 80 79

Contact

Emmanuel CLERGEAU : 06 86 34 44 16 / manu@pentathlon-perpignan.fr

Corine BOUZOU : 06 13 21 26 56 / corinebouzou@ffpentathlon.fr



COMMISSION ENVIRONNEMENT ET
DÉVELOPPEMENT DURABLE
FÉDÉRATION FRANÇAISE DE PENTATHLON
MODERNE



CHARTRE DU PENTATHLÈTE ÉCO-RESPONSABLE

2021



JE SUIS PENTATHLÈTE, JE M'ENGAGE À RESPECTER LES PRATIQUES DU SPORT ÉCO-RESPONSABLE, À L'ENTRAÎNEMENT ET EN COMPÉTITION, SUIVANTES :



LE CORPS: LE RESPECT DE SOI, DES AUTRES, SOLIDARITÉ, ENTRAIDE :

- Se respecter soi-même et respecter les autres. Respecter les règles de sécurité de la pratique sportive. Favoriser l'entraide et la tolérance.



SANTÉ

- Me sensibiliser aux risques du dopage



PRÉSERVATION DES RESSOURCES :

- ÉCONOMIE DE L'EAU : Utiliser une gourde individuelle, à remplir, et réutilisable sur une longue durée. Limiter les temps de douche dans les piscines: se rincer et se laver seulement
- ÉCONOMIE DE L'ÉLECTRICITÉ : Veiller à ce que les matériels de tir (pistolet, cible) et d'escrimes (pistes) soient éteints immédiatement à la fin de l'entraînement.



TRI SÉLECTIF ET LIMITATION DES DÉCHETS :

- Mettre en place des poubelles de tri sélectif (déchets plastiques recyclables/ménagers) lors des entraînements, évènements et compétitions
- Préférer les fruits et gâteaux maisons plutôt que les gâteaux emballés.



RECYCLAGE :

- Recycler le matériel sportif, le réutiliser



TRANSPORT ET DÉPLACEMENTS :

- Favoriser le co-voiturage, les transports en commun et navettes collectives pour les déplacements sportifs (compétitions, entraînements)
- Réserver un hôtel à proximité du lieu de compétition afin de s'y rendre à pied facilement.

Pas à pas, agissons au quotidien pour préserver notre environnement. N'imprimez ce courrier et les documents joints que si nécessaire. Notre environnement est fragile, merci de n'imprimer ce document qu'en cas de nécessité d'affichage en club.