

# PROGRAMME SPORTIF POUR SELECTION NIVEAU 1 2 et 3

## 2 épreuves : Slalom Endurance

### SLALOM

Le slalom sera effectué en costume d'HA identique à celui utilisé pour la partie technique.

#### Description

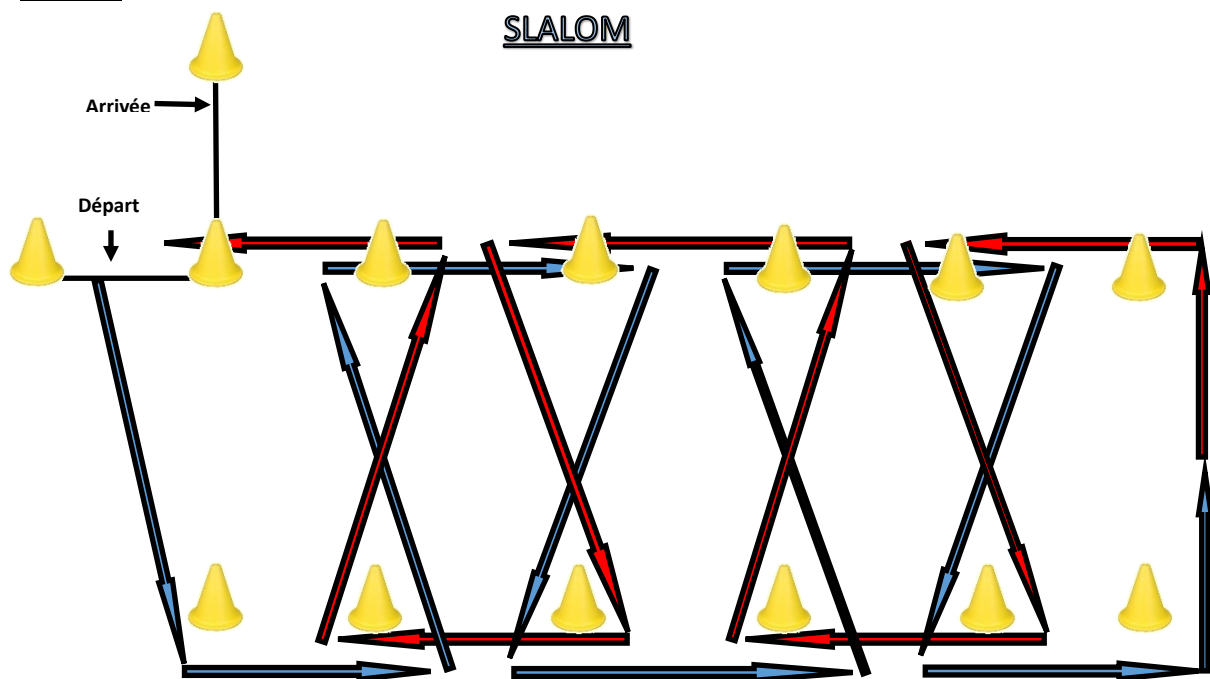
Le slalom mesure A/R 200mètres. Longueur totale 50m, largeur 10m.

14 plots seront nécessaires pour le tracé du slalom. 12 plots pour le parcours 2 pour l'arrivée et le départ.

**Ils devront être espacés de 10m dans le sens de la longueur et 10m dans le sens de la largeur.**

Pendant la course de l'HA, à chaque angle droit du slalom, il est obligatoire de passer à l'extérieur du plot.

#### Schéma



Légende : Flèches bleus = Aller Flèches rouges = Retour

Barèmes (prise en compte pour les femmes = - 10'')

Barème Slalom			
Temps	Points	Temps	Points
50''	20	1'12	9
52''	19	1'14	8
54''	18	1'16	7
56''	17	1'18	6
58''	16	1'20	5
1'	15	1'22	4
1'02	14	1'24	3
1'04	13	1'26	2
1'06	12	1'28	1
1'08	11	1'30	0
1'10	10		

## **ENDURANCE**

### Description

Le concurrent devra courir durant 6mn en tenue de sport.

La distance effectuée durant le temps imparti sera retenue pour la notation.

### Barème (prise en compte pour les femmes = -100m)

<b>Barème Endurance</b>			
<b>Distance</b>	<b>Points</b>	<b>Distance</b>	<b>Points</b>
1800	20	1250	9
1750	19	1200	8
1700	18	1150	7
1650	17	1100	6
1600	16	1050	5
1550	15	1000	4
1500	14	950	3
1450	13	900	2
1400	12	850	1
1350	11	800	0
1300	10		