
« Défi Olympique Marathon »



Record du Monde
2h 01'09'' Eliud Kipchoge
2h14'04'' Brigid Kosgei.

Objectif : Battre le record du monde du marathon avec l'ensemble de la classe.

Règlement de l'épreuve :

En relais les élèves vont courir ensemble 42 kms195.

3 parcours seront proposés :

- Un de 400 mètres
- Un de 300 mètres
- Un de 200 mètres

Bien évidemment ces distances peuvent être modifiées en fonction de votre établissement.

2 élèves par parcours.

3 parcours différents.

6 élèves partent en même temps au début de l'épreuve.

Les distances courues sont cumulées

Chronomètre déclenché dès le début de l'épreuve.

Chaque parcours est identifié par une couleur. Les élèves doivent arriver ensemble à la fin du tour et transmettre le relais au groupe suivant. (Maillot de la même couleur que le parcours)

Le professeur coche une case à chaque parcours réalisé.

Les 195 derniers mètres doivent être parcourus par l'ensemble de la classe. Le chrono sera arrêté après le passage du dernier élève.

Exemple de tableau			
	400 M	300 M	200 M
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			
26			
	16000	15600	10400

+ RESTE 295 M à parcourir classe entière.