

Guide des distances jeunes par âge et niveau de pratique



- ☐ Je suis non-classé ou drapeau de Bronze, je joue des repères 7 ou 6
- ☐ Je suis drapeau Argent ou Or, je me prépare aux compétitions de la filière sportive fédérale en jouant régulièrement des "repères jeunes" selon mon âge :



		Garçons				Filles				Je note mon score ici
		10 ans et - U10	11/12 ans Poussins	13/14 ans Benjamins	15/16 ans Minimes	10 ans et - U10	11/12 ans Poussins	13/14 ans Benjamins	15/16 ans Minimes	
		#13	#12	#11	#10	#23	#22	#21	#20	
		250	298	333	347	250	298	298		
		111	111	136	158	111	111	136		
		210	294	304	304	210	251	251		
		296	409	409	436	296	368	368		
		260	260	321	376	260	260	260		
		245	245	317	369	245	245	317		
		300	415	415	451	300	408	451		
		85	105	132	132	85	123	123		
		102	115	121	121	102	115	115		
		1859	2252	2488	2694	1859	2179	2319		
		350	350	443	489	350	350	443		
		256	268	268	294	256	256	256		
		250	250	250	274	250	250	250		
		350	350	481	481	350	350	350		
		240	326	364	389	240	240	326		
		92	92	101	101	92	92	101		
		230	293	336	336	230	230	293		
		100	129	129	139	100	109	109		
		200	288	340	340	200	288	288		
		2068	2346	2712	2843	2068	2165	2416		
		3927	4598	5200	5537	3927	4344	4735		

Utiliser les repères #6 (violets) ou #7 (oranges)

N°	PAR	#7	#6
1	4	160	250
2	3	70	111
3	4	140	210
4	5	220	270
5	4	120	260
6	4	150	245
7	5	220	300
8	3	85	105
9	3	60	102
Aller	35	1225	1853
10	5	200	350
11	4	130	200
12	4	140	220
13	5	210	350
14	4	180	240
15	3	85	85
16	4	140	230
17	3	80	100
18	4	160	200
Retour	36	1325	1975
Total	71	2550	3828

Signature(s)

	Repères 2		Repères 3		Repères 4
	Repères 5		Repères 6		Repères 7