

### Cérémonies

**Cérémonie d'ouverture** : mercredi 4 mai à 18h30

Adresse : Stade Georges Gratiant – Cité Place d'Armes – 97232 Le Lamentin

**Cérémonie de clôture** : samedi 7 mai à 19h

Adresse : La Ferme Perrine – Quartier Carrère - 97232 Le Lamentin

### Disciplines en compétition



#### ATHLETISME

**Déroulement** : Compétition individuelle et relais pour femmes et hommes avec classements en 4 catégories d'âge (sauf pour les épreuves collectives : classement scratch) dans les disciplines suivantes :

100 m – 200 m – 400 m – 800 m – 1500 m – 5000 m – Saut en longueur – Saut en hauteur – Lancer de poids – Relais 4\*100 m– 10 kms Hors stade

**Jour(s) de compétition** : Jeudi 05/05 et vendredi 06/05 (10 kms hors stade le samedi 07/05)

**Site(s) de compétition** : Stade Georges Gratiant – Cité Place d'Armes – 97232 Le Lamentin



#### 10 KM HORS STADE

**Déroulement** : Compétition individuelle pour femmes et hommes avec classements en 4 catégories d'âge.

**Jour(s) de compétition**: Samedi 07/05 matin – Départ de la course à 7h

**Site(s) de compétition** : Stade Georges Gratiant – Cité Place d'Armes – 97232 Le Lamentin



#### BALL-TRAP

**Déroulement** : Tournoi individuel masculin et féminin et tournoi par équipe comprenant 3 tireurs. La compétition se dispute en fosse universelle de 100 plateaux (4x25)

**Jour(s) de compétition**: Samedi 07/05

**Site(s) de compétition** : La Ferme Perrine – Site de Ball-trap – Quartier Carrère – 97232 Le Lamentin

### Disciplines en compétition (suite)



#### BASKET-BALL

**Déroulement :** Tournois masculin et féminin.

**Jour(s) de compétition :** Du jeudi 05/05 matin au samedi 07/05

**Site(s) de compétition :** Palais des sports – Quartier Petit Manoir – 97232 Le Lamentin



#### BEACH-VOLLEY

**Déroulement :** Tournois masculin, et mixte en 2x2 et/ou 3x3 avec possibilité d'avoir un remplaçant. Possibilité de participer à plusieurs tournois.

**Jour(s) de compétition :** Du jeudi 05/05 au samedi 07/05

**Site(s) de compétition :** Plage de Corps de Garde – 97228 Sainte Luce



#### BEACH-TENNIS

**Déroulement :** Initiation à la pratique puis tournois en individuel et en double

**Jour(s) de compétition :** vendredi 06/05 et samedi 07/05

**Site(s) de compétition :** Plage de Corps de Garde – 97228 Sainte Luce



#### ECHECS

**Déroulement :** Tournoi en individuel

**Jour(s) de compétition :** vendredi 06/05 à partir de 17h

**Site(s) de compétition :** Village Pierre et Vacances – Pointe Philippeau – 97228 Sainte Luce

### Disciplines en compétition (suite)



#### FOOTBALL à 7

**Déroulement :** Tournois à 7 masculin et féminin.

**Jour(s) de compétition :** Tournoi masculin du jeudi 05/05 au samedi 07/05  
Tournoi féminin jeudi 05/05 et vendredi 06/05



**Site(s) de compétition :** Stade Georges Gratiant – Cité Place d'Armes – 97232 Le Lamentin



#### GOLF

**Déroulement :** Classements individuels femmes et hommes en BRUT et en NET – Classements par équipes en BRUT et en NET (équipes de 3 personnes).

Deux séries en nombre égal de participants seront établies en fonction des index arrêtés au mardi 03/05/16 à 00h00.

**Jour(s) de compétition :** jeudi 05/05 et vendredi 06/05



**Site(s) de compétition :** Golf de l'Espérance - Quartier de la Pagerie – 97229 Les Trois-Îlets



#### KAYAK DE MER

**Déroulement :** Simple. Initiation, jeux sportifs et course de vitesse et d'endurance.

**Jour(s) de compétition :** Jeudi 05/05

**Site(s) de compétition :** Plage de Corps de Garde – 97228 Sainte Luce



#### NATATION

**Déroulement :** Courses en piscine et en eaux vives – Compétition individuelle féminine et masculine et relais par équipes sur les distances suivantes :

- *Courses individuelles :* En piscine : 50, 100, 200 et 400 m Nage Libre – 50 et 100m Dos – 50 et 100m Brasse – 50m Papillon – 100m 4 nages / en mer : 500 et 1000 nage libre – relais 2\*500m

- *Relais :* 4\*100 m Nage Libre, 4\*50 m 4 Nages

**Jour(s) de compétition :** jeudi 05/05 et vendredi 06/05 : courses en piscine – samedi 07/05 : courses en mer

**Site(s) de compétition :** Centre Aquatique Communautaire – Quartier Petit Manoir – 97 232 Le Lamentin  
Plage de Corps de garde – 97228 Sainte Luce

### Disciplines en compétition (suite)



#### PETANQUE

**Déroulement :** Tournois par équipes en triplettes (3 joueurs) et/ou doublettes (2 joueurs)

**Jour(s) de compétition :** jeudi 05/05 - qualifications triplettes. Vendredi 06/05 - qualifications doublettes.  
Samedi 07/05 : phases finales doublettes et triplettes + tounoi féminin en doublettes

**Site(s) de compétition :** Boulodrome du Lamentin – Place d'Armes – 97232 Le Lamentin



#### RUGBY (à 7 et Beach-rugby)

**Déroulement :** Tournois masculin et féminin. Pour le tournoi à 7, Une équipe est composée au maximum de 14 joueurs dont 12 joueurs inscrits sur la feuille de match. Pour le tournoi de Beach Rugby, une équipe est composée au maximum de 12 joueurs dont 10 joueurs inscrits sur la feuille de match.

**Jour(s) de compétition :** tournois à 7 : jeudi 05/05 et vendredi 06/05  
tournois de beach rugby : samedi 07/05

**Site(s) de compétition :**

- **Tournois à 7 :** Stade Yves Adèle – Bourg – 97232 Le Lamentin
- **Tournois de Beach-rugby :** Plage de Corps de Garde – 97228 Sainte Luce (Lieu sous réserve)



#### TENNIS

**Déroulement :** Tournois féminin, masculin et mixte par équipes (de 2 à 4 joueurs). 1 double et deux simples à chaque rencontre.

**Jour(s) de compétition :** Du jeudi 05/05 au samedi 07/05

**Site(s) de compétition :** Palais des Sports – Stade de tennis – Quartier Petit Manoir – 97 232 Le Lamentin



#### TIR A L'ARC

**Déroulement :** Compétition individuelle masculine et féminine en deux catégories avec classements séparés sur trois types d'épreuves : Classique, Poulie, Arc Nus.  
Compétition par équipes avec classements séparés sur 2 types d'épreuves : Classiques, Poulies.

**Jours de compétition :**

- Individuel : jeudi 05/05
- Par équipe : vendredi 06/05

**Site de compétition :** La Ferme Perrine – Site de Ball Trap - Quartier Carrère - 97232 Le Lamentin



### Disciplines en compétition (suite)



#### TIR SPORTIF

**Déroulement :** Tournois individuels féminin et masculin et tournoi par équipes : Carabine et Pistolet à 10 m.

**Jour(s) de compétition :** Le jeudi 05/05

**Sites de compétition :** Palais des Sports – Quartier Petit Manoir - 97 232 Le Lamentin



#### TRAIL

**Déroulement :** 3 courses sont inscrites au programme:

- **Le Tchimbé Raid :** 92 kms, 4800 mètres de dénivelé
- **Le Tchimbé du Volcan :** 50 kms, 2700 mètres de dénivelé
- **Le Tchimbé du Piton :** 20 kms, 300 mètres de dénivelé



**Jour(s) de compétition :**

- Retrait des dossards : mercredi 4/05, avant les courses. *Le programme sera transmis par mail et publié sur le site du Club Tchimbé Raid ainsi que sur la page Facebook.*

- Courses : Mercredi 4 et jeudi 5 mai.
  - Départ du Tchimbé Raid à 22h00, le mercredi 4 mai
  - Départ du Tchimbé du Volcan à 6h00, le jeudi 5 mai
  - Départ du Tchimbé du Piton à 14h, le jeudi 5 mai

**Site(s) de compétition (départ et arrivée) :** Toutes les arrivées sur la commune de Schoelcher

- Départ du Tchimbé Raid au Prêcheur
- Départ du Tchimbé à Ajoupa-Bouillon
- Départ du Tchimbé à Fort de France



#### VOILE

**Déroulement :** Régates en Laser, courses en individuel et par équipe

**Temps de pratique :** Du jeudi 05/05 au samedi 07/05

**Site de compétition :** Le Cercle Nautique – Anse Madame – 97 233 Schoelcher



### Programme « bien-être - découverte - loisir - santé »



#### JEUDI 05 MAI

**Randonnée Pédestre et Marche Nordique « Salines – Pointe Baham »** - Découvrez les côtes du sud de la Martinique tout au long de la journée (parcours « promeneurs » et randonneurs)

Plage de Corps de Garde – 97228 Sainte Luce

**Marche Nordique** : 8h - 9h – Initiation

**Pilates** : 9h -10h

**Kayak en mer** : 10h à 12h30 – Initiation, jeux sportifs et sortie découverte de la côte de Saint Luce et des alentours

**Gommier** : 14h30 - 17h – Initiation et sortie en mer (accompagnées par des professionnels)

**Aquagym** : 17h à 18h

#### VENDREDI 06 MAI

**Randonnée Pédestre et Marche Nordique** : « Montagne Pelée » - Découvrez le nord de la Martinique à travers des parcours (niveaux randonneurs uniquement) dans la jungle de l'Île tout au long de la journée.

Plage de Corps de Garde – 97228 Sainte Luce

**Stretching** : 9h -10h

**Beach-Tennis** : 10h30 - 12h et 14h30 - 17h – Initiation, jeux sportifs et tournois amicaux

**Zumba** : 16h30 - 17h30

**Aqua Zumba** : 17h30 -18h30



Village Pierre & Vacances – Pointe Philippeau – 97228 Sainte Luce

**Echecs** : à partir de 17h – Tournoi en individuel

#### SAMEDI 07 MAI

Stade Georges Gratiant – Cité Place d'Armes – 97232 Le Lamentin

**Rando-Challenge : Randonnée pédestre et Marche Nordique** : 8h - Parcours du 10kms HS

**Fitness challenge** : 10h - 12h

**Tir à l'Arc** : 9h à 12h – Initiation tir à 10 mètres et tournoi amical