

## ***ASEA RUN JUMP THROW***

( L'information, en français, est après l'anglais. )

Athlétisme Sud-Est / South-East Athletics, **ASEA**, is proud to announce the 21th year we are offering our Run Jump Throw Program.

RJT is a nationally recognized program for children ages 6-11, that introduces them to the wonderful sport of track & field.

The practices will be on Tuesdays , 5-6pm, and Saturdays , 9-10am, starting on Tuesday November 19. Practices will be at the indoor stadium in the CEPS on the UdeM campus.

Session 1 dates will be:

Nov 19, 23, 26, 30

Dec 3, 10

Jan 7, 14, 21, 25, 28

Feb 1, 4, 11

Session 2 should begin on February 15, but this will depend on cancellations/ rescheduled days in Session 1 .

ASEA will have trained and experienced instructors to guide the children. The club will offer three RJT sessions in the next year. Each session will be composed of **fourteen** 60-minute practices. You can save by registering for all three. The sessions will begin in November, February and June.

The cost for one session will be \$130.00 as well as an Athletics New Brunswick. The ANB fees are:

U10 ( born in 2016, 2017, 2018, 2019) \$20.00

U12 ( born in 2014, 2015) \$20.00

U14 ( born in 2012, 2013 ) \$80.00

U16 ( born in 2010, 2011 ) \$80.00

You can sign up for all 3 sessions, 42 practices, for only \$275.00. Family plans are available.

There will be a couple of competitions available, this indoor season, for those who want to compete.

Athletics Canada , and Athletics New Brunswick, have moved from trackie.ca to a new platform. ASEA is setting up our registration pages on AthleticsReg.

You will need to register for A.S.E.A. on trackie, then follow the link to register with ANB on AthleticsReg. The link is <https://www.anb.ca/become-member/> . Please ensure that you register as A.S.E.A.

Athlétisme Sud-Est / South-East Athletics, ASEA, est fier d'annoncer la 21e année où nous proposons notre programme Courir, Sauter, Lancer.

RJT est un programme reconnu à l'échelle nationale pour les enfants âgés de 6 à 11 ans, qui les initient au merveilleux sport de l'athlétisme.

Les entraînements auront lieu les mardis de 17h à 18h et les samedis de 9h à 10h, à compter du mardi 19 novembre. Les entraînements auront lieu au stade couvert du CEPS sur le campus de l'UdeM.

Les dates de la session 1 seront :

19, 23, 26, 30 novembre

3, 10, 17 décembre

7, 14, 21, 25, 28 janvier

1er et 4 février

La session 2 devrait commencer le 15 février, mais cela dépendra des annulations/jours rapportés de la session 1.

ASEA aura des instructeurs formés et expérimentés pour guider les enfants. Le club proposera trois sessions de RJT l'année prochaine. Chaque séance sera composée de quatorze pratiques de 60 minutes. Vous pouvez économiser en vous inscrivant aux trois. Les sessions débuteront en novembre, février et juin.

Le coût pour une séance sera de 130,00\$ ainsi qu'un billet d'Athlétisme Nouveau-Brunswick. Les frais ANB sont :

U10 (né en 2016, 2017, 2018, 2019) 20,00 \$

U12 (né en 2014, 2015) 20,00 \$

U14 (né en 2012, 2013) 80,00 \$

U16 (né en 2010, 2011) 80,00 \$

Vous pouvez vous inscrire aux 3 séances, 42 pratiques, pour seulement 275,00 \$. Des forfaits familiaux sont disponibles.

Il y aura quelques compétitions disponibles, cette saison en salle, pour ceux qui veulent concourir.

Athlétisme Canada et Athlétisme Nouveau-Brunswick sont passés de trackie.ca à une nouvelle plateforme. L'ASEA met en place nos pages d'inscription sur AthleticsReg.

Vous devrez vous inscrire à l'A.S.E.A. sur trackie, puis suivez le lien pour vous inscrire auprès d'ANB sur AthleticsReg. Le lien est <https://www.anb.ca/become-member/> . Veuillez vous assurer de vous inscrire en tant qu'A.S.E.A.