

Défi : Battre le record du 5000m

Objectifs: Battre **Kenenisa BEKELE** et son record du 5000m en **12 minutes et 37 secondes** soit presque **24 km/h** (soit 1 minute par tour)

Battre **Tirunesh DIBABA** et son record du 5000m en **14 minutes et 11 secondes** soit **21 km/h** (soit 1 minute 8 secondes par tour)

Organisation : Groupe de 8 élèves. Pour réussir, les élèves courent par 2 et on additionne les vitesses des 2 coureurs (donc Bekele et Dibaba courent 2 fois plus vite et sans s'arrêter !)

Avant de partir, déterminer 2 coureurs par tour. Chaque élève doit faire au moins 3 courses. Les 2 relayeurs partent et arrivent ensemble.

	400m	800m	1200m	1600m	2000m	2400m	2800m	3200m	3600m	4000m	4400m	4800m	5000m
Coureurs												
Temps cumulé													
Temps au tour (objectif : 2' ou 2'16)													

Temps final sur 5000m : /2 (2 coureurs)=

Record féminin battu : OUI / NON

Record masculin battu : OUI / NON