





















En fonction du nombre de participants dans chaque discipline, ce programme est susceptible d'être modifié.


	DIMANCHE 8 juin	LUNDI 9 juin	MARDI 10 juin	MERCREDI 11 juin	JEUDI 12 juin	VENDREDI 13 juin
 Athlétisme		APRES MIDI*** • Marteau • Poids • 100 m • 5 000 m	APRES MIDI • 400m • Saut en hauteur (Cat E, F & G) • 1500 m		APRES MIDI • Saut en hauteur (cat A, B, C & D) • 200 m • 800 m	APRES MIDI*** • Disque • 3 000 m • 4 x 100 m • Saut en longueur • Javelot
 Semi-Marathon					MATIN	
 Cross country				MATIN		
 Cyclisme		MATIN Contre la montre	MATIN 1 ^{re} étape		MATIN 2 ^e étape	MATIN 3 ^e étape
 VTT				MATIN		
 Echecs		APRES MIDI	APRES MIDI	APRES MIDI		
 Golf*	JOURNEE Entraînement	JOURNEE Parcours 18 trous	JOURNEE Parcours 18 trous		JOURNEE Parcours 18 trous	
 Judo			MATIN			
 Natation		MATIN • 100m dos • 200m nage libre		MATIN • 400m nage libre • 100m brasse	APRES MIDI • 100m papillon** • 50m nage libre	MATIN • 200m 4 nages • 100m nage libre • 4x100m relais
 Natation en eau libre					MATIN	
 Pétanque				APRES MIDI		
 Tennis	JOURNEE Simples	JOURNEE Simples	JOURNEE Simples	JOURNEE Simples/Doubles	JOURNEE Simples/Doubles	JOURNEE Simples/Doubles
 Tennis de table		MATIN Entraînement	MATIN Simples	MATIN Simples	MATIN Simples/Doubles	
 Triathlon			MATIN			
 Basketball 3x3				MATIN		
 Beach Volley			MATIN			
 Padel		JOURNEE	JOURNEE	JOURNEE		
 Badminton			APRES MIDI	APRES MIDI	APRES MIDI	
 Force athlétique				APRES MIDI		
 Football	JOURNEE Qualifications	JOURNEE Qualifications	JOURNEE Qualifications	JOURNEE Phases finales et finales	JOURNEE Phases finales et finales	JOURNEE Phases finales et finales

* Licence obligatoire

** 50m pour les catégories E, F et G

*** Les journées d'athlétisme des 9 et 13 juin se dérouleront au stade de Palafrugell.

 Epreuve du matin

 Epreuve de l'après-midi

 Epreuve en journée

Médailles

Pour chaque catégorie d'âge, les 3 participants les mieux placés reçoivent des médailles d'or, d'argent et de bronze. Pour tous les sports d'équipe, en plus des médailles, une coupe est remise aux vainqueurs. Pour préserver l'esprit des Jeux, les athlètes accompagnateurs seront classés séparément.

Catégorie d'âges

A - moins de 35 ans

B - de 35 à 44 ans

C - de 45 à 54 ans

D - de 55 à 64 ans

E - de 65 à 69 ans

F - de 70 à 74 ans

G - plus de 75 ans