

RELAIS DU TOLERME

Dimanche 6 Octobre 2019



EQUIPES

Jeunes

Femmes

Hommes

Mixtes



RÈGLES DU JEU

QU'EST CE QUE LE RELAIS DU TOLERME ?

C'est une course ouverte à tous à partir de 12 ans.

Elle est ludique, chronométrée et composée de trois épreuves.

Le but du jeu est de faire la course le plus rapidement possible. Le chronomètre s'enclenchera à partir du début de la première épreuve jusqu'à la résolution de l'énigme après la dernière épreuve. La résolution de l'énigme s'effectuera en groupe sur la base d'indices récupérés pendant les différentes épreuves.

Vous pouvez composer votre équipe avec 2 ou 3 personnes.

Chaque personne de l'équipe devra participer et faire une des trois épreuves.

Inscriptions : 6€ par équipe

Remise de récompense en fin de journée.

OÙ SE SITUE L'ÉVÈNEMENT ?

Le relais se fera sur le site du Lac du Tolerme, sur la rive droite principalement.

Sur la commune de Sénaillac-Latronquière (Lot – 46).

Le lieu de rendez-vous est au club d'aviron du Haut Ségala.



COMBIEN DE TEMPS DURE L'ÉPREUVE ?

L'épreuve se déroule de 13h30 à 18h.

Le temps du relais sera d'environ 45min. Vous aurez 30 min de briefing de sécurité pour la tyrolienne et 30 min d'échauffement pour l'aviron.

LE DÉROULEMENT DE L'ÉPREUVE :

1^{ère} ÉPREUVE – TYROLIENNE

Traversée du lac avec récupération de l'indice sur la passerelle intermédiaire.

455m de long (265m aller – 190m retour)

Pour la tyrolienne il faudra avant de faire l'activité faire une session de 30 min de sécurité.

2^{ème} ÉPREUVE – CANOË OU AVIRON

Parcours en canoë ou aviron au choix.

Pour la partie nautique, il faudra effectuer des manœuvres sur l'eau et récupérer un indice positionné au milieu du lac, il y aura différents niveaux de difficultés proposés pour les parcours en aviron.

Pour l'aviron, une séance de 30 min d'initiation et d'adaptation sur l'eau sera faite pour apprivoiser le matériel.

3^{ème} ÉPREUVE – COURSE À PIED

Course d'environ 2km sur les bords du lac avec une recherche d'indice. Vous partirez sur la course avec en votre possession une carte à reconstituer pour trouver votre indice. C'est à la fin de la course que le groupe se réunira pour résoudre l'énigme finale. Il faudra se rendre au niveau de la cabane des pédalos pour valider votre réponse.

DÉFI – DISC GOLF

C'est un défi bonus-malus. Vous êtes dans la possibilité d'effectuer le défi ou pas mais à vos risques et péril. Il vous permettra de gagner des secondes sur le chrono pour améliorer votre temps ou d'en perdre si vous ne réussissez pas le défi.

Des explications en détail vous seront données le jour même sur place.

Distance entre la zone de départ et la panier : 60m

Parcours 1 Trou 1 en 3 lancers.

LES RÉSULTATS

Les résultats seront annoncés une fois l'épreuve terminée.

Le classement se fera en fonction du chronomètre de chaque équipe.

Un classement général sera fait regroupant toutes les équipes puis un autre classement en fonction des différentes catégories.



