



LA  
GRANDE  
MOTTE



## Etape 2 – Grande-Motte/Grau du Roi Samedi 11 février 2023

### Engagements:

Tableur type (voir fichier joint) à remplir et à envoyer à Laurence TELUOB, Présidente du club ACP La Grande Motte:

[laurencet.avironlgm@gmail.com](mailto:laurencet.avironlgm@gmail.com)

**Avant le mercredi 8/02/2022 à 20h**

### Horaires :

**Pour le bon déroulement de cette étape, merci de respecter les horaires suivants.**

- Réunion des délégués : **9h30 précises**
- Début des épreuves : **10h30** au plus tard
- Remise des récompenses et goûter : **de 16h30 à 17h00**

### Épreuves de l'étape :

1. Epreuve contre la montre de type Aviron de mer en Yolette
2. QCM (arbitrage)
3. Course d'orientation
4. Yolette duel (série + Finale)
5. Manipulation de matériel, chronométré par équipe
6. Parcours d'agilité

**Fil rouge :** Épreuve **42.195 km ERGO** toute la journée !

Chaque équipe en relais doit parcourir la plus grande distance possible.

Les kilomètres seront calculés pour chaque équipe.

Participation toute la journée pour augmenter le nombre de kilomètres et de points !

L'enchaînement des épreuves dépendra des catégories et du nombre d'engagés. Il vous sera communiqué au plus tard à la réunion des délégués.

**Buvette et restauration rapide assurées tout au long de la journée**

Pour tout renseignement complémentaire joindre :

Mathilde LLACER MONTOYA – Educateur sportif ACP Grande-Motte 06 13 07 18 81

Yoan FAIT – Educateur sportif ATC Grau du Roi 06 59 76 16 88