

AQUA FAMILIA RAID

Journée du Jeudi 26 Mai 2022

PROGRAMME

ÉPREUVES :

9h30 : Arrivée des participants (Accueil Café)

10h00 : Lancement de la journée

10h30: Briefing des épreuves

11h00: TOP DEPART – 1^{ère} partie

Étape 1 : Parcours S.U.Paddle en double (aller-retour)

Étape 2 : Course à pieds (court trajet le long de la plage pour rejoindre les S.U.PADDLE) - Fin de l'étape vers 12h30

Classement 1^{ère} partie

Pause repas (activités sur la journée)

Association sportive Défi sportif – **Point BONUS pour les équipes**
+ Ateliers ZUMBA ouverts à tous

14h00: TOP DEPART – 2nd parties

Étape 3 : Course à pieds (court trajet le long de la plage pour rejoindre les kayaks)

Étape 4 : Parcours Kayak en Mer (aller-retour) – **ARRIVÉE**

16h00 FIN DES ÉPREUVES du RAID – Classement de la journée

16h30-17H30 : Remise des prix

Inscription à partir du **Lundi 9 Mai jusqu'au Mardi 24 Mai inclus**

Équipe : 1 adulte + 1 enfant / 2 adultes + 2 enfants - entre 7 et 12 ans (équipes de 4 – binômes en ½ journée)

Nb : Le parent peut être grands-parents ou mère ou père, oncle ou tante, parrain ou marraine - Le but étant de serrer les liens familiaux **(+18 ans)**

Dossier d'inscription complet obligatoire