



Ligue d'Aviron des Pays de la Loire

CHALLENGE DES JEUNES RAMEURS PAYS DE LA LOIRE 2010

4^{ème} Etape
Samedi 27 février 2010

Engagement à envoyer à la Ligue sur la feuille d'engagement CJR2010 avant le : **Mercredi 24 février 2010**

Saint-Nazaire (44)





Ligue d'Aviron des Pays de la Loire

La quatrième étape du Challenge des Jeunes Rameurs 2010 se déroule sur une journée. Elle s'organise au niveau régional à Saint-Nazaire. Cette journée sera organisée sur deux activités, un tri'aviron et une course d'orientation en yollette.

Animation 1 :

Celle-ci a lieu le matin. Les rameurs réalisent un tri'aviron : Aviron, Vélo, Course à pied

Ces trois disciplines seront enchaînées sans pause sur des distances réduites (exemple : 500m, 4km, 1km) sur un circuit hors circulation et sécurisé.

Un classement individuel sera établi à la fin de cette épreuve.



Animation 2 :

La seconde animation se déroule l'après-midi. Des embarcations mixtes de club seront réalisées et devront parcourir le bassin à l'aide d'une carte et d'indices afin de retrouver un trésor.

