

2 JUILLET

CHALLENGE INTERENTREPRISES AVIRON 2022

INFOS PRATIQUES

- Base nautique de l'Etang du Ter
Bd Emile Guillerot, 56100 Lorient
- Vestiaires & buvette sur place
- Fan club d'entreprises et visiteurs
bienvenus, libre entrée sur la base.



AVANT-PROGRAMME

- 13h30 Accueil des participants
- 14h Initiation & découverte de l'aviron
- 15h15 Défi n°1 : BEACH ROWING
Après un sprint, embarquez sur un bateau, ramez et virez autour d'une bouée. Passez le relai à vos coéquipiers.
- 16h30 Défi n°2 : RELAI ERGO
Relai sur ergomètres, cette épreuve allie explosivité, endurance et effort collectif.
- 17h30 Défi n°3 : LA TETE & LES JAMBES
La tête et les jambes de vos coéquipiers seront vos meilleurs alliés !
- 18h15 Résultats & remise des prix
- 18h30 Pot de l'amitié, suivi de l'apéritif dinatoire

