



Les mots de l'UGSEL Nationale



Durant cette période si particulière les challenges nationaux répondent aux enjeux éducatifs et de santé de l'ensemble de nos jeunes scolarisés au sein de l'Enseignement Catholique.

Ce sont des forces de proposition à l'attention de nos établissements et des leviers incontournables de promotion de l'activité sportive.

Notre souhait : faire en sorte d'*offrir à chacun le bénéfice d'une pratique physique et sportive pérenne, s'inscrivant dans le vaste projet de l'héritage 2024.*



Fédération Sportive Éducative
de l'Enseignement Catholique

Didier CATTART – Adjoint au secrétaire
général en charge de l'Animation Sportive

Présentation du challenge



OBJECTIF du challenge

Promouvoir la pratique sportive au sein de chaque l'Association Sportive

ACCES au challenge

Le challenge est mis en place par l'UGSEL Nationale, sur une proposition de l'UGSEL Marne.
Le challenge de BIATHLON est ouvert à toutes et à tous.
C'est un challenge sans classement et sans remontée de résultats.
Chacun peut adapter le challenge suivant ses possibilités.

PROGRAMME du challenge

Dans le respect des protocoles sanitaires Éducation Nationale et locaux, un challenge adaptable est proposé pour toutes les catégories.
Réaliser un parcours dans une activité de votre choix, combiné avec des tirs de précision.

1

Description du challenge



Description :

Associer différentes pratiques sportives à du tir ou lancer sur cible, sous la forme d'un biathlon. Les pratiques sportives athlétiques peuvent être aussi différents que la course à pied, le rameur, le vélo, la trottinette, des parcours athlétiques aménagés. Tout échec au tir entraînera des pénalités se traduisant par des efforts physiques supplémentaires, sous forme d'anneau de pénalité

Composition des groupe :

- Individuel ou équipe au choix
- mixte ou non
- d'une même catégorie ou plusieurs.

Performance :

Temps pour réaliser l'ensemble de l'épreuve

2

Description du parcours



Organisation:

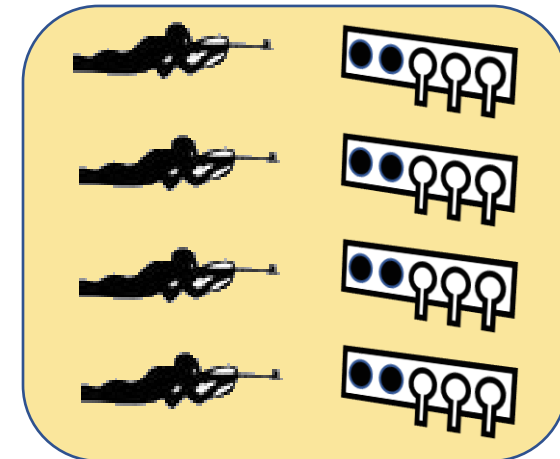
Exemple d'organisation possible en fonction de l'espace.

Boucle de 100m ou suivant espace disponible

Déroulement type :

-  Course
-  Tirs couchés
-  Course
-  Tirs debout
-  Course finale

Zone de tir



Boucle de 20m

Anneau de pénalité

3

Propositions



Matériel possible :

Carabine laser site : <https://www.biathlonlaser.com/nos-prestations/vente-de-carabines-laser/>

Tir à l'arc

Tir sur cible avec balle ou ballon

Sarbacane

...

Activités variées :

Course

Trottinette /Roller

Vélo/Run &bike

Ski roulette

...

Adaptation par catégorie :

Distance et nombre de tirs
à adapter en fonction de la
catégorie.

En équipe ou individuel :

Organisation en individuel ou
par équipe sous forme de relais
mixte ou non.

...

Eduquer ... tout un sport



Pour tous renseignements :

UGSEL Nationale

Béatrice DEL FRARI @ : b-del-frari@ugsel.org