

OBSTACLES ET DESCRIPTIONS

1 : Ramper

Franchir un réseau de 10 m en rampant

2 : La Corrèze

Franchir un brin d'eau (30m)

3 : Réseau à enjamber

Réseau d'élastiques à enjamber (en montée)

4 : Porter de jerricans

Parcours lesté (2 jerricans de 20 kg) un jerrican pour les dames

5 : Descente du pian

Franchir le ruisseau

7 : Passage d'arbre

Se frayer un passage à travers les arbres

8 : Ventri-glisse

Franchir l'obstacle en glissant

9 : Slalom arbre Corrèze

Descendre et remonter dans la Corrèze en passant dans les troncs

10 : Sand bag

Réaliser le parcours définit avec un Sand bag de 9kg

11 : Course accroupie

Franchir l'obstacle en restant le plus proche du sol

12 : Ramper sable

Passer sous le tronc d'arbre déposé sur le sable

13 : Mur d'assaut

Franchir en passant sur le mur

OBSTACLES ET DESCRIPTIONS

14 : toile d'araignée

Franchir un obstacle constitué de corde

15 : Lancer de grenade

Réussir son lancer pour continuer son parcours (échec 5 pompes)

16 : Tunnel

Franchir le labyrinthe en restant le plus proche du sol

17 : Descente dans le pian

Descendre et évoluer dans le ruisseau

18 : Filet d'assaut

Ressortir du ruisseau (corde/filet)

19 : Ramper banc

Ramper sous les bancs

20 : Échelle de pompier

Franchir l'obstacle sans toucher le sol en se servant de l'échelle

21 : Pneus

Se glisser à travers les pneus

22 : Mur de pneus

Passage en barrage par-dessus la structure

23 : Pont de singe

Franchir l'obstacle sans toucher le sol en se servant de la corde

24 : GBC

Franchir les camion en passant par-dessus