

# Guerlédan à la nage

DE 1 KM À 5 KM  
+ DÉFI ENTREPRISE  
+ DÉFI KIDS

3 juillet  
2021  
ÉDITION -3



Au profit de



SAMEDI 03 JUILLET 2021



Nous vous souhaitons une belle  
journée au Lac de Guerlédan





# Samedi 03 juillet 2021

réservez dans vos agendas, en bleu.



# Invitation



Les LION'S CLUB de PONTIVY et LOUDEAC organisent **GUELEDAN A LA NAGE**, cette journée autour du sport, de la convivialité et d'une cause : l'Autisme.

L'association **AUTISME TREGOR GOELO**, recevra les profits réalisés lors de cet évènement.

Intervention du pédopsychiatre Dr **LEMONNIER** directeur du **CEAL**.

Pour une nage, pour une promenade familiale, pour votre soutien à l'autisme... Nous serons ravis de vous croiser sur les bords du lac.

Changeons la donne pour l'autisme, ouvrons le champ des possibles.

L'association  
Autisme Trégor Goëlo

# Accès



# PROGRAMME

- 10h00: 3 x 500 m - Relais Entreprises
- 11h00: 200 m - Enfants, Autistes et Sports Adaptés (5€)
- 11h30: 500 m - Tous Nageurs (7€)
- 12h00: réception des officiels et sponsors avec un apéritif

Intervention Dr E LEMONNIER – Pédopsychiatre

## DE 1 KM À 5 KM

- 13h30: 1 km - Tous nageurs (7€)
  - 14h15: 2 km - (Coupe de Bretagne jeunes)  
(10€ Licenciés FFN/20€ non-licenciés FFN )
  - 15h45: 5 km - (Coupe de Bretagne T.C.)  
(15€ Licenciés FFN/25€ non-licenciés FFN)
- Pour le 5 km et le 2 km inscriptions: <https://www.ffneaulibre.fr>**  
**Pour toutes les autres courses inscriptions: klikego**
- 17h30: remise des prix

# DÉFI ENTREPRISE

L'ENP\* et le LIONS proposent le "Pack Défi Entreprise" pour 270 € comprenant :

L'engagement de l'équipe et un accès à 4 entraînements semaine :

Lundi/Mercredi : 20h-21h30

Mardi/Vendredi : 12h-13h45

*Début des entraînements le 10/05 à la piscine découverte de Pontivy. Contact: 06 95 81 66 85*

\* Esprit Nautique Pontivyen

## DÉFI KIDS

Attestation parentale ↙





## Stationnement

Vous trouverez un champ à l'entrée de la base nautique, qui vous permettra de stationner votre véhicule plus sereinement.



## Signe distinctif

### Se rendre visible pour mieux renseigner

Les membres du bureau ont fait le choix d'avoir un signe distinctif :

Ainsi vous les identifierez très rapidement.

Ils seront coiffés d'un Bob beige,



Pour votre déjeuner :

Vous trouverez sur place plusieurs propositions

Des galettes...

Des pizzas...

Des frites ...

Des sandwiches...



Et les incontournables buvettes



Et c'est parti....

Vous allez **croiser beaucoup de monde** sur le site.

Il y aura une sono, n'hésitez pas à prendre **des protections d'oreilles**, casque anti-bruit etc...

Pour les nageurs,

- Vous aurez besoin **d'un certificat médical d'aptitude** pour faire cette nage
- Vous aurez **un bonnet de bain et un dossard**
- Vous pouvez nager **avec un binôme**, qui doit lui aussi s'inscrire
- Vous pouvez **utiliser une combinaison**
- Vous allez recevoir **une médaille**



Lors de votre nage, **la sécurité** sera un peu plus rapprochée.

Les paddles viendront former comme **un couloir de nage**.

En cas de fatigue intense, peur panique, ou tout autre motif, **accrochez vous** à un paddle, il vos **reconduira au rivage en tout sécurité**.

Pour flâner...

Un marché de producteurs, ainsi que d'artisans locaux seront présents sur le site.

**Autisme Trégor Goëlo** aura aussi sur le stand des réalisations, en tissus, en résine, ... pour faire plaisir ou se faire plaisir. L'intégralité des ventes sont reversées à l'association.



Au plaisir de se croiser sur les bords du lac. Belle journée et balade à vous