Règlement : Relais

Bibliothèque BRK-EPS

Réaliser une performance collective en transmettant le témoin de manière fluide et efficace pour obtenir le meilleur temps possible.

Règles Générales

Départ Collectif

Tous les coureurs doivent être positionnés sur leur ligne de départ avant le signal de départ. Aucun mouvement ne doit être initié avant le signal sonore.

Respect du Parcours

Les équipes doivent rester dans leur couloir défini tout au long de la course. Tout coureur sortant du couloir peut entraîner une disqualification de l'équipe.

Transmission du Témoin

Zone de Passage

Le témoin doit être transmis dans une zone définie sur la piste. Un passage en dehors de cette zone annule l’échange.

Transmission Correcte

Le témoin doit être passé de main à main sans être lancé délibérément ni lâché, garantissant une transmission fluide.

Sécurité et Infractions

Contact et Obstruction

Il est interdit de gêner, pousser ou bloquer un adversaire pendant la transmission du témoin.

Sortie de Couloir

Tout coureur qui empiète sur le couloir d’un autre risque la disqualification de l’équipe.

Évaluation et Résultats

Chronométrage

Le temps est arrêté au moment où le dernier membre de l’équipe franchit la ligne d’arrivée.

Réception du Témoin

La performance est invalidée si le témoin n’est pas transmis correctement ou est perdu durant l’épreuve.

Repères pédagogiques à adapter au contexte scolaire, au matériel et aux consignes de sécurité de votre établissement.