



# Challenge 0 Carbone Ardèche 2024

*Arriverez vous  
à relever les  
07 défis ? !!*



# Intro

L'eau douce représente 2,5% de la masse d'eau sur la terre. De ce volume, seulement 1% est présenté sous la forme liquide que nous trouvons à la surface dans les lacs, fleuves et rivières...

C'est indéniable, depuis plusieurs années l'eau douce se fait de plus en plus rare... Plusieurs indicateurs sont formels; la disparition des zones glacières, la baisse de l'enneigement, la diminution du volume d'eau dans les sous-sols et enfin l'appauvrissement des débits sur les rivières.

L'évolution du climat y est pour beaucoup et les activités humaines sur l'ensemble du globe ont un impact considérable sur cette évolution.

En tant qu'amoureux des sports de pleine nature nous faisons partie des premiers acteurs de ces changements et cela à plusieurs niveaux. Acteurs, car nous constatons ces évolutions au quotidien dans nos vies et pratiques. Acteurs, car nous avons également notre part de responsabilité dans ce réchauffement global. Mais enfin, Acteurs car nous pouvons agir à notre échelle en sensibilisant les pratiquants et en rendant notre pratique plus Eco-responsable.

Ainsi, dans la continuité des nettoyages de rivières, du suivi de la gestion des espaces sites, itinéraires et des actions de sensibilisation à la préservation du milieu réalisées, le CDCK07 a souhaité organiser cette épreuve 0 carbone.

**C'est la troisième édition ! En 2023, 7 clubs et 3 sections scolaires y ont participé soit 245 payeurs !**

**A nous de battre ce record en 2024 !**



**1** Inscrivez vous, cadres et pratiquants sur ce groupe

*Les cadres seront en Administrateurs pour publier et ajouter les jeunes*



**2** Réaliser les 07 défis

Entre le 21 mai et le 21 juin

*Sur son lieu de pratique*



**3** Les moniteurs monitrices et responsables de clubs envoient sur le groupe What's Ap les photos et records !





## Défi N°1

### Le 2x50m chronométré avec esquimau !

Embarcation libre, esquimau en technique libre, assistance possible. Aller → esquimau au 50m → retour  
(le tout chronométré !)

## Défi N°2

### La photo de groupe la plus originale

Lâchez vous, les déguisements sont plus que recommandés !

*École dép 2023 →*



## Défi N°3

### L'esquimautage le plus originale (*Tout est permis ! ;)*

**3** catégories: le tour complet en autonomie    Le 1/2 tour en autonomie    la technique libre avec assistance possible

Yoga - Pilat sur l'eau réalise ces figures dans l'embarcation de ton choix !



Challenge tes amis et tous les clubs  
Invente ta propre figure !

*Performances réalisées en 2023 !*



## Défi N°5 le défi de l'ACKRA

### Photographier et identifier des animaux présents sur son site de pratique

Sur l'eau ou au bord, , envoyez les photos ;)



*Grenouille cachée au fond d'un kayak sur l'Ardèche*

## Défi N°6

### Ramasser un max de déchets sur son site de pratique et écrire « 0 Carbone » avec

Envoyez les photos - quel sera le déchet le plus surprenant ?

# Défi N°7

## Proposé par le conservatoire des espaces naturels AURA

*"L'apron du Rhône est un petit poisson endémique de nos rivières. Aujourd'hui il est très rare et menacé, on ne le trouve que dans quelques rivières (la Beauce, le Chassezac, l'Ardèche, la Drôme...).*  
*Nous vous mettons au défi de le représenter le mieux possible avec des éléments naturels que vous trouverez sur les berges... deux éléments importants : il a 3 bandes noires et ses yeux qui brillent dans la nuit.*



**A vous de jouer !**