1. Marche hawaïenne

Durant 5 minutes l’équipe se relaie pour marcher au fond de l’eau en se passant un lest de 10kg (témoin)

La plus grande distance se verra attribuer 10 points / L’équipe suivante 9 points……

1. Chasse au trésor

2 équipes se retrouvent face a un coffre remplit de 9 trésors. Déplacement palmé.

L’équipe qui rapporte 5 trésors au-delà du cerceau gagne un point ( se joue en deux manches à la suite)

1. Tant va la cruche a l’air….

Le jeu consiste a écoper de l’air pour remplir un seau renversé et lesté, possibilité de relais !

Celui qui fait remonter son seau en premier se voie attribué 10 points / Le second 9 points ….

1. Relais boulet.

Déplacer un camarade en apnée le plus loin possible sans qu’il ne reprenne d’air, relais conseillé par les équipiers palmés

Le boulet qui sort le premier fera perdre 10 points à son équipe

Le second 9 points….

1. Retour du marché

Marche au fond de l’eau avec deux cabas lestés, et un « œuf « à transporter dans une cuillère tenue en bouche, le témoin du relais se fait avec les cabas et la cuillère

Le déplacement est à réaliser sur 50m en relais

L’équipe qui termine première se voit attribuer 10 points,

La seconde 9 points….

1. Multitech

Les quatre équipiers sont à l’eau

-le premier équipier propulse un équipier a la palme durant 12.5m,

- le deuxième équipier se déplace avec 1 seule palme sur 12.5 m

-le troisième équipier se déplace sans palmes sur 12.5

-le quatrième termine la longueur en immersion libre sous la ligne d’eau.

L’équipe qui couvre les 50m en premier se voit attribuée 10 points

La seconde 9 points….

1. Le cairn

Construire un cairn avec 10 plombs - parcourt imposé

L’équipe dont le cairn tient debout en premier reçoit 10 points

La seconde équipe 9 points

1. Course australienne

Sur un demi bassin

Nager en surface sans reprendre d’air, élimination des quatre derniers à chaque manche, tous les équipiers de toutes les équipes partent en même temps

Les 4 derniers en course se verront attribuer 10 points chacun qui ira à l’équipe a laquelle ils appartiennent.