



La Course virtuelle du *Grand défi Pierre Lavoie*

Participation du **Séminaire de Chicoutimi**

QUAND : du samedi 9 mai 9h00 au dimanche 10 mai 15h00

Défi relevé par les **Titans**: distance entre Saguenay et ...Montréal (471 km) ? Ottawa (639 km) ? Toronto (1088 km) ?

Voici la procédure et les informations nécessaires pour participer au **grand défi virtuel** de la fin de semaine :

Avant de vous inscrire, « aimez » les pages Facebook suivantes :

- **Le grand défi Pierre Lavoie du Séminaire de Chicoutimi** (informations, Facebook Live, vidéos et photos)
- **Le Grand défi Pierre Lavoie** (page officielle)

1. Inscrivez-vous sur l'application « **Bouge-toi l'cube** » (élèves, parents, frères, soeurs ou membres du personnel).
2. Signifiez à M.Véz, par le portail, votre intérêt et donnez-lui le **nombre de kilomètres individuel** que vous estimez pouvoir faire pendant le défi.
3. Rejoignez le groupe: « **Titans la course virtuelle** » sur l'application.
4. Entrez vos kilomètres de marche/course **après chaque sortie extérieure** en n'oubliant pas de sélectionner la touche: faire une activité/sans GPS.

*Si vous éprouvez des difficultés avec l'application, fermez-la et essayez de nouveau.





5. Rendez-vous à deux moments importants : **samedi matin à 9h00** pour lancer le défi officiellement et **dimanche à 15h00** au Facebook « **en direct** » pour clôturer l'événement.
6. Surveillez sur la page du SDEC : vidéos surprises d'encouragement présentées par des familles actives et impliquées du SDEC (samedi à 13h00 et à 19h00 ; dimanche à 10h00 et à 13h00).
7. Partagez vos photos et vidéos durant la fin de semaine (30 heures) sur la page **Facebook du GDPL du Séminaire de Chicoutimi**.

Bon défi à tous et à toutes !!!

L'équipe d'accompagnateurs du **GDPL 2019-2020**

Corinne Dion

Nathalie Furlotte

Annie Larouche

Éric Vézina

Séminaire de Chicoutimi

