

## REGLEMENT DE COURSE SWIMRUN SWIMRUN COTE SUD LANDES 2024

*Mis à jour le 15 novembre 2023*

### CONDITIONS GENERALES

Le déroulement de l'épreuve s'effectue selon le règlement suivant.

- Chaque athlète reconnaît en avoir pris connaissance et s'engage à se soumettre à ce règlement par le seul fait de leur inscription.
- Chaque participant doit être apte à la pratique du swimrun en compétition : efforts prolongés et intenses alternant de la course à pied et de la nage en eau libre. Ces épreuves se déroulent sur une journée et sont destinées aux sportifs présentant une bonne condition physique pouvant enchaîner des efforts intenses (nage et course à pied).
- Les courses du Swimrun Côte Sud Landes s'effectuent par équipe de deux constituée de 2 hommes ou 2 femmes ou mixte (un homme + une femme). Le binôme reste ensemble tout au long de la course. Exception pour la course Kids.
- Tous les concurrents s'engagent à se soumettre à ce règlement par le seul fait de leur inscription. Les participants, s'engageant à leurs propres risques, ne peuvent tenir l'organisation responsable de tout accident pendant la course.
- Les consignes, toilettes et douches pour les participants se situent au Parc Rosny.
- **Le Swimrun Côte Sud Landes est un swimrun spécifique océan. Tous les concurrents inscrits sur les courses comportant des sections de nage à l'océan s'engagent à s'entraîner en conséquence et à être aptes à prendre part aux courses et à maîtriser les spécificités de la côte landaises : shorebreak, courant, vagues.**

### ARTICLE 1 - PRESENTATION DE L'EVENEMENT

Le Swimrun Côte Sud Landes est organisé par l'association Ocean Life avec le soutien des communes de Soorts-Hossegor, Capbreton et Seignosse ainsi que la communauté de communes MACS.

Cet évènement se déroulera du 14 au 16 juin 2024.

- **Vendredi 14 juin :**
  - 18h00 – Départ de la Dilettante
- **Samedi 15 juin :**
  - 09h00 – Départ de l'Audacieuse
  - 10h00 – Départ de la Sauvage
  - 18h30 – Départ des courses Kids 10-11 ans
  - 19h00 – Départ des courses Kids 8-9 ans
- **Dimanche 16 juin :**
  - 08h00 – Départ de l'Ambitieuse
  - 12h40 – Départ de la Rassurante

## ARTICLE 2 – PARCOURS ET COMPOSITION

Six courses sont proposées :

- **LA KIDS** : 1,6 km répartis comme suit :
  - **SWIM : 2 sections** - Total parcouru 0,6km
  - **RUN : 1 section** - Total parcouru 1km
  
- **LA DILETTANTE** : 2,5 km répartis comme suit :
  - **SWIM : 2 sections** - Total parcouru 0,8km
  - **RUN : 1 section** - Total parcouru 1,7km
  
- **LA RASSURANTE** : 5 km répartis comme suit :
  - **SWIM : 3 sections** - Total parcouru 1,5km
  - **RUN : 3 sections** - Total parcouru 3,5km
  
- **LA SAUVAGE** : 10 km répartis comme suit :
  - **SWIM : 4 sections** - Total parcouru 2,9km
  - **RUN : 3 sections** - Total parcouru 7,1km
  
- **L'AUDACIEUSE** : 20 km répartis comme suit :
  - **SWIM : 6 sections** - Total parcouru 3,7km
  - **RUN : 6 sections** - Total parcouru 16km
  
- **L'AMBITIEUSE** : 40 km répartis comme suit :
  - **SWIM : 7 sections** - Total parcouru 7km
  - **RUN : 7 sections** - Total parcouru 33km
  
- **L'AMBITIEUSE EN RELAIS** : 40 km répartis comme suit :
  - SECTION 1 : **SWIM (3 sections) : 2,4km / RUN (4 sections) : 11,5km**  
Total parcouru 13,9km
  - SECTION 2 : **SWIM (2 sections) : 1,2km / RUN (3 sections) : 11,5km**  
Total parcouru 12,7km
  - SECTION 3 : **SWIM (2 sections) : 3,1km / RUN (1 section) : 10km**  
Total parcouru 13,1km

## ARTICLE 3 – COMPOSITION ET CATEGORIES

Le nombre maximal d'équipes de 2 personnes et leur composition par course est répartie comme suit :

- **LA KIDS** : 50 enfants 8/9 ans + 50 enfants 10/11 ans – **courses individuelles**
- **LA DILETTANTE** : 50 équipes maximum + 50 individuels
- **LA RASSURANTE** : 130 équipes maximum + 20 équipes Challenge Entreprises

- **LA SAUVAGE** : 130 équipes maximum + 20 équipes Challenge Entreprises
- **L'AUDACIEUSE** : 130 équipes maximum + 20 équipes Challenge Entreprises
- **L'AMBITIEUSE** : 35 équipes maximum
- **L'AMBITIEUSE EN RELAIS** : 15 équipes CHALLENGE ULTRA TEAM

L'âge minimum et la composition des équipes sont répartis comme suit :

- **LA KIDS** :
  - à partir de 8 ans (2016)
  - Garçon / Fille en individuel
  - 2 catégories 8/9 ans (2016/2015) et 10/11 ans (2014/2013)
- **LA DILETTANTE** :
  - à partir de 12 ans (2012)
  - Equipe Homme / Femme / Mixte
  - 1 enfant + 1 enfant ou
  - 1 enfant + 1 adulte ou
  - 1 adulte + 1 adulte
  - Garçon / Fille en individuel
- **LA RASSURANTE** :
  - à partir de 12 ans (2012)
  - Equipe Homme / Femme / Mixte
  - 1 enfant + 1 enfant ou
  - 1 enfant + 1 adulte ou
  - 1 adulte + 1 adulte
  - Challenge entreprises
- **LA SAUVAGE** :
  - à partir de 16 ans (2008)
  - Equipe Homme / Femme / Mixte
  - 1 ado + 1 ado ou
  - 1 ado + 1 adulte ou
  - 1 adulte + 1 adulte
  - Challenge entreprises
- **L'AUDACIEUSE** :
  - avoir 18 ans révolu le jour de la course (né le 14 juin 2006 ou avant)
  - Equipe Homme / Femme / Mixte
  - 1 adulte + 1 adulte
  - Challenge entreprises
- **L'AMBITIEUSE** :
  - avoir 18 ans révolu le jour de la course (né le 14 juin 2006 ou avant)
  - Equipe Homme / Femme / Mixte
  - 1 adulte + 1 adulte
- **L'AMBITIEUSE EN RELAIS** :

- avoir 18 ans révolu le jour de la course (né le 14 juin 2006 ou avant)
- 3 binômes de 2 adultes

## ARTICLE 4 – TARIFS DES INSCRIPTIONS

Les tarifs proposés sont hors frais de transaction bancaire de 2 à 3 euros et hors frais d'assurance annulation :

- **LA KIDS :**
  - Gratuite – inscription en ligne jusqu'au 8 juin 2024
- **LA DILETTANTE :**
  - 30€/équipe du 1<sup>er</sup> décembre 2023 au 31 janvier 2024
  - 40€/équipe du 1<sup>er</sup> février au 15 avril 2024
  - 20€ en individuel du 1<sup>er</sup> décembre 2023 au 31 janvier 2024
  - 25€ en individuel du 1<sup>er</sup> février au 15 avril 2024
- **LA RASSURANTE :**
  - 60€/équipe du 1<sup>er</sup> décembre 2023 au 31 janvier 2024
  - 70€/équipe du 1<sup>er</sup> février au 15 avril 2024
- **LA SAUVAGE :**
  - 90€/équipe du 1<sup>er</sup> décembre 2023 au 31 janvier 2024
  - 110€/équipe du 1<sup>er</sup> février au 15 avril 2024
- **L'AUDACIEUSE :**
  - 120€/équipe du 1<sup>er</sup> décembre 2023 au 31 janvier 2024
  - 150€/équipe du 1<sup>er</sup> février au 15 avril 2024
- **L'AMBITIEUSE :**
  - 250€/équipe du 1<sup>er</sup> décembre 2023 au 29 février 2024
- **L'AMBITIEUSE EN RELAIS :**
  - 300€/équipe du 1<sup>er</sup> décembre 2023 au 29 février 2024

Les tarifs d'inscriptions sont cités ci-dessus.

- Suite à l'inscription, si vous souhaitez passer sur un format inférieur, (sous réserve de places disponibles), le montant initial réglé restera acquis à l'organisation.
- Suite à l'inscription, si vous décidez de passer sur un format supérieur, (sous réserve de places disponibles), la différence du montant devra être réglée à l'organisation pour valider le changement d'épreuve.

## ARTICLE 5 – MODALITES D'INSCRIPTIONS

L'inscription se fait via le site [www.njuko.net](http://www.njuko.net) dont le lien est mentionné sur les réseaux sociaux et sur le site internet [www.swimrun-cote-sud-landes.fr](http://www.swimrun-cote-sud-landes.fr).

Les inscriptions seront closes aux dates indiquées à l'article 4 sauf si les quotas prévus sont atteints avant. Dans les deux cas, il ne sera alors plus possible de s'inscrire.

**Si le participant est licencié** à une des fédérations sportives (FFTRI, FFSS) ci-dessous, il doit fournir :

- une photocopie de licence FFTRI 2023/2024 (en compétition)
- ou une photocopie de licence FFSS 2023/2024 (en compétition)

**Si le participant n'est pas licencié** à une des fédérations sportives évoquées ci-dessus, il doit fournir :

- **le certificat médical**, qui comporte la mention « Apte à la pratique du swimrun en compétition (efforts prolongés et intenses alternant course à pied et natation en eau libre et océan).

ET

- **une attestation de nage en piscine** fournie par un MNS diplômé
  - Pour LA KIDS : une attestation d'**AISANCE AQUATIQUE**
  - Pour la DILETTANTE : une attestation de **200m** en piscine
  - Pour LA RASSURANTE : une attestation de **400m** en piscine
  - Pour LA SAUVAGE : une attestation de **1000m** en piscine
  - Pour L'AUDACIEUSE : une attestation de **1500m** en piscine
  - Pour L'AMBITIEUSE : une attestation de **1500m** en piscine + **une attestation sur l'honneur certifiant maîtriser la nage à l'océan dans des conditions de houle pouvant aller jusqu'à 1m50.**
  - Pour L'AMBITIEUSE EN RELAIS : une attestation de **1500m** en piscine pour les 3 binômes + **une attestation sur l'honneur certifiant maîtriser la nage à l'océan dans des conditions de houle pouvant aller jusqu'à 1m50 pour les 2 premiers binômes.**

*Pour les licenciés FFN, une copie de la licence FFN 2023/2024 en compétition pourra remplacer l'attestation de nage.*

*Une preuve de finisher d'un swimrun (aux distances à minima équivalentes) effectué uniquement en 2023 fera office d'attestation de nage pour l'ensemble des trois courses. **L'attestation sur l'honneur pour l'Ambitieuse doit être fournie obligatoirement.***

## CHALLENGE ENTREPRISE

Les équipes inscrites en challenge entreprise (AUDACIEUSE, SAUVAGE ou RASSURANTE) sont obligatoirement composées de **personnes majeures**. Le nom des équipes doit correspondre au nom de l'entreprise. Un numéro SIRET est demandé lors de l'inscription en ligne.

**Pour les mineurs** (moins de 18 ans) :

- Pour les courses "Kids", "Dilettante", "Rassurante" et "Sauvage" une autorisation parentale sera exigée en complément.

L'organisation se réserve le droit de refuser une inscription ou d'interdire la participation d'une équipe en cas de non-présentation du certificat médical. Le numéro de dossard ne pourra pas être attribué si le dossier d'inscription est incomplet. En cas de non présentation du certificat médical, aucun remboursement ne pourra être exigé.

## ARTICLE 6 – RETRAIT DES DOSSARDS & BRIEFING

Le retrait des dossards et le briefing d'avant-course sont obligatoires.

**Le retrait des dossards pour la course Dilettante aura lieu :**

- Vendredi 14 juin de 15h00 à 17h00 au village au Parc Rosny – Hossegor

**Le retrait des dossards pour les courses Sauvage et Audacieuse aura lieu :**

- Vendredi 14 juin de 17h00 à 20h30 au village au Parc Rosny – Hossegor

**Le retrait des dossards pour la course Ambitieuse et Ambitieuse en Relais aura lieu :**

- Samedi 15 juin de 15h00 à 16h30 au village au Parc Rosny – Hossegor

**Le retrait des dossards pour les courses Kids et Rassurante aura lieu :**

- Vendredi 14 juin de 17h00 à 20h30 ou samedi 15 juin de 16h30 à 18h00 au village au Parc Rosny - Hossegor – **Merci de privilégier le créneau du vendredi.**
  - o La présentation des pièces d'identité du binôme est obligatoire. Les deux participants (le binôme) doivent être présents ensemble au moment du retrait des dossards pour valider la présence de l'équipe ou l'un des participants doit pouvoir présenter la pièce d'identité ou sa photocopie de son partenaire de course.
  - o Une puce chronométrique par équipe sera fournie et devra être portée autour de la cheville gauche d'un des deux swimrunners durant toute l'épreuve. Elle devra être rendue après le passage de la ligne d'arrivée. Toute puce chronométrique non rendue sera facturée 60 € par équipe.
  - o Les swimrunners devront obligatoirement porter le bonnet et le chasuble fournis par l'organisation ainsi que la puce chronométrique.

**Un roadbook compétiteur** sera envoyé par mail avant l'événement. Il est obligatoire de le lire.

**Les briefings d'avant-course** auront lieu avant chaque départ de course.

**Pour l'Ambitieuse et l'Ambitieuse en Relais, un briefing d'avant-course sera organisé chez notre partenaire la Villa Seren à côté du parc Rosny le samedi 15 juin 2024 à 16h30. Il est obligatoire d'y assister.**

## ARTICLE 7 - LES COURSES

Les modalités de courses sont précisées ci-dessous :

- **Pour l'Ambitieuse**, 2 cut-off. Ils sont éliminatoires. Un horaire de fin de course est mis en place.
- **Pour l'Ambitieuse en Relais**, 2 cut-off sont mis en place. Ils sont éliminatoires. Un horaire de fin de course est mis en place.
- **Pour l'Audacieuse et la Sauvage**, un cut-off final est mis en place. Ils sont éliminatoires. Un horaire de fin de course est mis en place.
- Les équipes qui ne respecteraient pas ce règlement (ex : forcer le passage à la dernière mise à l'eau) se verront disqualifiées automatiquement, leur puce sera retirée et l'équipe ne sera plus sous la responsabilité de l'organisation.

### L'Ambitieuse :

#### - L'AMBITIEUSE

##### ATTENTION CRITERES REQUIS :

- **expérience de swimrun longue distance exigée**
- **maîtrise de la nage à l'océan dans 1m50 de houle indispensable (disqualification directe et arrêt de l'équipe en cas de non nage des 2 binômes à l'océan)** - Les participants de l'Ambitieuse s'engagent à fournir l'attestation sur l'honneur stipulant une maîtrise de la nage à l'océan dans des conditions allant jusqu'à 1m50 de houle. L'ensemble des sections de nage à l'océan sont obligatoires.

- Le départ est donné Dimanche 16 juin à 8h00 à la Villa de l'Etang Blanc à Seignosse
- Marée basse 7h02 et marée haute 13h27
- Le coefficient de marée est de 40

#### - L'AMBITIEUSE EN RELAIS

##### ATTENTION CRITERES REQUIS :

- **expérience de swimrun exigée**

L'ensemble des sections de nage à l'océan sont obligatoires.

- Le départ est donné Dimanche 16 juin à 8h00 à la Villa de l'Etang Blanc à Seignosse
- Marée basse 7h02 et marée haute 13h27
- Le coefficient de marée est de 40

La course sera divisée en trois sections, réparties comme suit :

- Départ Villa de l'Etang Blanc (Seignosse) – Plage Notre-Dame (Capbreton) au Cut off 1 = 1<sup>er</sup> binôme

- Plage Notre-Dame (Capbreton) – Escalier 29 du canal (Hossegor) au Cut off 2 = 2ème binôme
- Escalier 29 du canal (Hossegor) – Arrivée Plage du Parc (Hossegor) = 3ème binôme

**- Barrières horaires :**

Deux cut-off disqualificatifs sont mis en place (cf. tracé en ligne). Sur les deux cut-off, une équipe médicale est en place afin de juger de l'état physique de l'équipe. Cette équipe médicale est amène d'arrêter une équipe si nécessaire pour des raisons médicales. **Ces deux cut-off sont valables pour les équipes en relais. Si le premier et deuxième binôme ne respecte pas des barrières horaires de la course l'ensemble du relais est disqualifié.**

- Cut Off 1 – Plage Notre-dame Capbreton – 11h00
- Cut Off 2 – Canal d'Hossegor (Escalier 29) – 12h30
- **Arrêt de la course et des équipes à 15h00**

**- Navette pour départ :**

Le départ se fait à 8h00 de la Villa de l'Etang Blanc à Seignosse et l'arrivée est à la plage du Parc – Parc Rosny Hossegor.

L'ensemble des équipes doit utiliser la navette mise en place par l'organisation au départ du Parc Rosny. L'horaire sera communiqué ultérieurement. **Il est interdit aux participants et aux spectateurs de se garer à la Villa de l'Etang Blanc.**

Il est IMPERATIF d'avoir tous votre puce électronique lors de la montée dans la navette. Aucune équipe ne prendra le départ sans puce.

Pour les Ambitieux en relais, la puce ainsi que le chasuble numéroté devront être transmis aux deux binômes suivant tout au long du parcours. Le bonnet sera fourni aux trois binômes.

**- Les points de ravitaillement de l'Ambitieuse :**

- Les swimrunners pourront bénéficier de points de ravitaillement qui sont au nombre de 8 :
  - o le premier promenade dunaire
  - o le second à Notre-Dame
  - o le troisième à la sortie du Boudigau
  - o le quatrième au canal d'Hossegor (escalier 29)
  - o le cinquième au Trinquet à Soorts

Les sentiers et les alentours des postes de ravitaillements doivent être laissés aussi propres après le passage des concurrents qu'avant leur passage.

**- Les points de contrôle valables :**

- Des postes de contrôle sont répartis le long du parcours et constituent des sites de pointage obligatoires pour les concurrents. Les participants qui ne passent pas au contrôle sont disqualifiés.
- Les swimrunners doivent passer tous les points de contrôle et la ligne d'arrivée ensemble.
- Le lycra doit être TOUJOURS visible du départ à l'arrivée.
- Le port du bonnet donné par l'organisation est obligatoire sur les sections de nage.

**- Le parcours :**



- L'organisation se réserve le droit de modifier les parcours.
- Le parcours de la course est balisé et fléché dans son intégralité par des moyens visibles facilement (signaleurs, bouées, fléchage, rubalise, fanions, banderoles), notamment pour les entrées et sorties de l'eau.
- Les escaliers permettant l'accès aux zones de nage dans le canal doivent être empruntés avec précaution. Sauter du bord et sauter des escaliers est strictement interdit. Des bénévoles seront sur place afin d'aider les swimrunners aux entrées et sorties d'eau. Des huîtres sont aux abords des escaliers/mises à l'eau, les swimrunners avertis du risque de coupures doivent les emprunter avec précaution.
- Le parcours doit être suivi dans sa globalité par les équipes sous peine de disqualification.
- Dans tous les cas d'erreur de parcours, seul le concurrent est responsable.
- **Les participants de l'Ambitieuse s'engagent à fournir l'attestation sur l'honneur stipulant une maîtrise de la nage à l'océan dans des conditions allant jusqu'à 1m50 de houle. L'ensemble des sections de nage à l'océan sont obligatoires. Excepté pour les Ambitieux en Relais.**
- **Les sections de nage à l'océan comme au lac sont obligatoires, le participant s'engage en connaissance de cause à ce type d'épreuve. Une section de nage non-effectuée entraîne la disqualification de l'équipe. Les sauveteurs de l'organisation se réservent le droit d'arrêter une équipe s'ils estiment que le niveau de nage à l'océan n'est pas requis, ceci est valable pour l'ensemble des courses.**
- En cas de mauvaises conditions de mer, les sections de nage pourront être aménagées. Une course "B" sera alors proposée.
- **Un suivi live des équipes sera disponible via le site internet.**

#### - La sécurité de la course :

Sur l'ensemble du parcours, l'organisation se réserve le droit de stopper une équipe dont la sécurité n'est plus assurée (ex : équipe en retard et marée descendante...) ou si la santé d'un des concurrents est mis en jeu (ex: signes cliniques divers sous jugement du médecin de l'évènement...). Ces équipes devront se signaler à l'arrivée et feront l'objet d'un classement à part.

L'organisation se réserve le droit de modifier les horaires pour le bon déroulement de la manifestation.

## L'Audacieuse, La Sauvage, La Rassurante, la Kids :

Les départs et arrivées se situent à la plage du Parc pour les quatre courses citées.

#### - L'AUDACIEUSE

##### ATTENTION CRITERES REQUIS :

- **expérience swimrun exigée**
- **maîtrise de la nage à l'océan dans 1m50 de houle indispensable (disqualification directe et arrêt de l'équipe en cas de non nage des 2 binômes à l'océan)**

- Le départ est donné samedi 15 juin 2024 à 9h00 à la plage du Parc
- La marée est montante au moment du départ et haute à 12h29
- Le coefficient de marée est de 38

- Le cut-off final est 12h00 escalier 29
- **Arrêt de la course et des équipes à 12h45**

*Les équipes se présentant après le cut off de 12h00 pourront finir l'épreuve à pied. Il est strictement interdit aux équipes de réaliser la dernière section de nage une fois l'horaire du cut off dépassé. L'organisation se décharge de toute responsabilité en cas de refus d'une équipe de respecter le règlement. L'équipe sera alors automatiquement disqualifiée. Pour les équipes terminant à pieds, leur numéro d'équipe sera signalée au PC course, et ces équipes seront alors hors classement. Toutefois, l'organisation arrêtera toutes les équipes encore en cours à 12h45, la compétition prenant fin à cet horaire. Les puces chronométriques seront retirées, et les équipes ne seront plus sous la responsabilité de l'organisation.*

#### - LA SAUVAGE

##### **ATTENTION CRITERES REQUIS :**

- **expérience swimrun intermédiaire**
- **maîtrise de la nage à l'océan dans 1m50 de houle indispensable (disqualification directe et arrêt de l'équipe en cas de non nage des 2 binômes à l'océan)**

- Le départ est donné samedi 15 juin 2024 à 10h00 à la plage du Parc
- La marée est montante au moment du départ et haute à 12h29
- Le coefficient de marée est de 38
- Le cut-off final est 12h00 escalier 28
- **Arrêt de la course et des équipes à 12h45**

*Les équipes se présentant après le cut off de 12h00 pourront finir l'épreuve à pied. Il est strictement interdit aux équipes de réaliser la dernière section de nage une fois l'horaire du cut off dépassé. L'organisation se décharge de toute responsabilité en cas de refus d'une équipe de respecter le règlement. L'équipe sera alors automatiquement disqualifiée. Pour les équipes terminant à pieds, leur numéro d'équipe sera signalée au PC course, et ces équipes seront alors hors classement. Toutefois, l'organisation arrêtera toutes les équipes encore en cours à 12h45, la compétition prenant fin à cet horaire. Les puces chronométriques seront retirées, et les équipes ne seront plus sous la responsabilité de l'organisation.*

#### - LA RASSURANTE

##### **ATTENTION CRITERES REQUIS :**

- **expérience swimrun débutante à intermédiaire**
- **maîtrise de la nage en eau libre en lac**

- Le départ est donné dimanche 16 juin 2024 à 12h40 à la plage du Parc
- La marée est montante au moment du départ et haute à 13h27
- Le coefficient de marée est de 40

- **LA DILETTANTE (course non chronométrée)**

**ATTENTION CRITERES REQUIS :**

- **expérience en course à pied requise**
- **maîtrise de la nage en eau libre en lac**

- Le départ est donné vendredi 14 juin 2024 à 18h00 au village Parc Rosny
- La marée est basse au moment du départ à 17h16
- Le coefficient de marée est de 39

- **LA KIDS**

**ATTENTION CRITERES REQUIS :**

- **expérience en course à pied requise**
- **attestation d'aisance aquatique requise**

- Le départ est donné samedi 15 juin 2024 à 18h30 et 19h00 à la plage du Parc
- La marée sera basse au moment du départ à 18h18
- Le coefficient de marée est de 38

- **Les points de ravitaillement :**

- Plage du Parc
- Plage des Chênes Lièges
- Plage Estagnots pour la course "L'Audacieuse"
- Super Hossegor pour la course "L'Audacieuse"

Les sentiers et les alentours des postes de ravitaillements doivent être aussi propres après le passage des concurrents qu'avant leur passage.

- **Les points de contrôle valables :**

- Des postes de contrôle sont répartis le long du parcours et constituent des sites de pointage obligatoires pour les concurrents. Les participants qui ne passent pas au contrôle sont disqualifiés.
- Les swimrunners doivent passer tous les points de contrôle et la ligne d'arrivée ensemble.
- Le lycra doit TOUJOURS être visible. Un concurrent n'ayant pas son lycra visible sur la course et qui franchit la ligne d'arrivée sans lycra visible ne sera pas classé.
- Le port du bonnet donné par l'organisation est obligatoire sur les sections de nage.

- **Les parcours :**

- L'organisation se réserve le droit de modifier les parcours.
- Le parcours de la course est balisé et fléché dans son intégralité par des moyens visibles facilement (signaleurs, bouées, fléchage, rubalise, fanions, banderoles), notamment pour les entrées et sorties de l'eau.
- Les escaliers permettant l'accès aux zones de nage dans le canal doivent être empruntés avec précaution. Sauter du bord et sauter des escaliers est strictement interdit. Des bénévoles seront sur place afin d'aider les swimrunners aux entrées et sorties d'eau. Des huîtres sont aux abords des escaliers/mises à l'eau, les swimrunners avertis du risque de coupures doivent les emprunter avec précaution.
- Le parcours doit être suivi dans sa globalité par les équipes sous peine de disqualification.

- Dans tous les cas d'erreur de parcours, seul le concurrent est responsable.
- **Les sections de nage à l'océan comme au lac sont obligatoires, le participant s'engage en connaissance de cause à ce type d'épreuve. Une section de nage non-effectuée entraîne la disqualification de l'équipe. Les sauveteurs de l'organisation se réservent le droit d'arrêter une équipe s'ils estiment que le niveau de nage à l'océan n'est pas requis, ceci est valable pour l'ensemble des courses.**
- En cas de mauvaises conditions de mer, les sections de nage pourront être aménagées. Une course "B" sera alors proposée pour chacune des courses.

#### - La sécurité des courses :

Pour l'ensemble des courses, l'organisation se réserve le droit de stopper une équipe dont la sécurité n'est plus assurée (ex : équipe en retard et marée descendante...) ou si la santé d'un des concurrents est mis en jeu (ex: signes cliniques divers sous jugement du médecin de l'évènement...). Ces équipes devront se signaler à l'arrivée et feront l'objet d'un classement à part.

L'organisation se réserve le droit de modifier les horaires pour le bon déroulement de la manifestation.

## ARTICLE 8 – REMISE DES PRIX

Pour l'ensemble des courses, un classement sera établi comme suit :

- **LA KIDS :**
  - o Catégorie Fille 8-9 ans : les 3 premières au scratch
  - o Catégorie Garçon 8-9 ans : les 3 premiers au scratch
  - o Catégorie Fille 10-11 ans : les 3 premières au scratch
  - o Catégorie Garçon 10-11 ans : les 3 premiers au scratch
- **LA DILETTANTE :**
  - o Catégorie Scratch : les 3 premières équipes
  - o Catégorie Femme individuel : la 1<sup>ère</sup> au scratch
  - o Catégorie Homme individuel : le 1<sup>er</sup> au scratch
- **LA RASSURANTE :**
  - o Catégorie Fille : les 3 premières équipes au scratch
  - o Catégorie Garçon : les 3 premières équipes au scratch
  - o Catégorie Mixte : les 3 premières équipes au scratch
  - o Challenge entreprises : les 3 premières équipes au scratch toute catégorie confondue
- **LA SAUVAGE :**
  - o Catégorie Fille : les 3 premières équipes au scratch
  - o Catégorie Garçon : les 3 premières équipes au scratch
  - o Catégorie Mixte : les 3 premières équipes au scratch
  - o Challenge entreprises : les 3 premières équipes au scratch toute catégorie confondue

- **L'AUDACIEUSE :**
  - Catégorie Femme : les 3 premières équipes au scratch
  - Catégorie Homme : les 3 premières équipes au scratch
  - Catégorie Mixte : les 3 premières équipes au scratch
  - Challenge entreprises : les 3 premières équipes au scratch toute catégorie confondue
  
- **L'AMBITIEUSE :**
  - Catégorie Femme : les 3 premières équipes au scratch
  - Catégorie Homme : les 3 premières équipes au scratch
  - Catégorie Mixte : les 3 premières équipes au scratch
  
- **L'AMBITIEUSE EN RELAIS :**
  - les 3 premières équipes au scratch

La remise des récompenses se fait sur le village d'animations à l'issue de chaque course. Il est impératif d'être présent lors de la remise des prix et obligatoire pour recevoir les prix.

## ARTICLE 9 – LE MATERIEL

Les courses de swimrun s'effectueront dans les conditions suivantes :

### **Matériel obligatoire :**

- Fourni par le swimrunner
  - un sifflet par participant
  - chaussures de sport
  
- Fourni par les organisateurs
  - deux lycras – pour information le lycra porté directement sur la peau peut être irritant
  - deux bonnets
  - une puce chronométrique par équipe

### **Matériel autorisé :**

- plaquettes de main (paddles)
- flotteurs d'une taille inférieure à 40x30x20cm (type pull buoy)
- lunettes de natation
- ravitaillement personnel (cf. article 11)
- corde entre le binôme (excepté sur la Rassurante)

**Pour l'Ambitieuse, l'Audacieuse et la Sauvage, la corde est interdite sur les sections de nage à l'océan. Elle est autorisée sur les sections de nage en lac et course à pied.**

### Matériel interdit :

- Tout autre matériel est formellement interdit (palmes, masque, tuba, flotteur autre que pull buoy...)
- Les swimrunners doivent passer la ligne de départ et d'arrivée ensemble avec **leur bonnet sur la tête, leur chasuble et la puce chronométrique** à la cheville gauche d'un des équipiers.
- L'ensemble du matériel choisi au départ par une équipe devra être conservé jusqu'à la fin de la course. Un contrôle de matériel pourra être effectué au départ ou pendant la course : chaque binôme devra pouvoir montrer qu'il possède bien le matériel obligatoire auquel cas il pourra être disqualifié.
- Il est de la responsabilité du swimrunner d'être bien préparé pour l'épreuve et d'avoir un matériel adapté à la compétition à laquelle il participe.

### A SAVOIR : selon les conditions météorologiques :

- **Si la température de l'eau est en dessous de 18°C**
  - o la combinaison sera obligatoire pour l'ensemble des swimrunners sur l'ensemble des courses
- **Si la température de l'eau est comprise entre 18°C et 24°C**
  - o la combinaison sera non obligatoire pour l'ensemble des swimrunners sur l'ensemble des courses hormis pour les mineurs inscrits sur la Rassurante, la Sauvage, et la Kids.
- **Si la température de l'eau est au-dessus de 24°C**
  - o la combinaison sera interdite pour l'ensemble des swimrunners sur l'ensemble des courses hormis pour les mineurs inscrits sur la Rassurante et la Kids.

## ARTICLE 10 - CHRONOMETRAGE

Chaque équipe sera dotée d'une puce chronométrique, placée sur l'une des chevilles gauches d'un des équipiers.

Le chronométrage s'effectue de la ligne de départ du premier équipier jusqu'au passage de la ligne d'arrivée du second équipier. **Les distances maximales autorisées entre les 2 équipiers sont de 10m sur terre et de 10m dans l'eau.**

Le classement s'effectue dès lors que le binôme a passé la ligne d'arrivée ensemble.

Les puces chronométriques doivent être rendues obligatoirement dès la fin de la course.

Des postes de contrôle sont répartis le long du parcours et constituent des sites de pointage obligatoires pour les concurrents. Les participants qui ne passent pas au contrôle sont disqualifiés.

**Pour l'Ambitieuse – 40 km : un suivi live avec pointage des temps de passages des équipes est disponible via le site internet.**

## ARTICLE 11 - ABANDON

L'organisation rappelle aux concurrents que la course est terminée après validation de la dernière puce électronique sur la ligne d'arrivée.

En cas d'abandon d'un des membres d'une équipe, celle-ci est automatiquement hors course et doit signaler son abandon au poste de contrôle le plus proche.

Un participant dont le binôme abandonne doit également abandonner pour des questions de sécurité.

**Il est interdit de continuer sans son binôme.**

## ARTICLE 12 – MOTIFS DE DISQUALIFICATION

Si les faits ci-dessous sont avérés, la disqualification d'une (ou de plusieurs) équipe(s) ne fera l'objet d'aucun recours et d'aucune discussion.

- Absence de lycra (dossard) et/ ou de bracelet (puce électronique) pendant toute la durée de la compétition.
- Absence du port du bonnet lors des sections de nage.
- Les concurrents ne sont pas autorisés à utiliser des méthodes déloyales pour obtenir des avantages, (utilisation de matériel interdit, d'un quelconque moyen de transport durant l'épreuve...)
- Pointage au-delà de l'heure de fermeture d'un poste de contrôle.
- Absence d'un article de l'équipement obligatoire durant la course.
- Non-assistance à un concurrent en difficulté.
- Refus de se faire examiner par les médecins durant l'épreuve.
- Comportement dangereux d'un concurrent.
- Abandon de détritrus ou déchets en dehors des zones prévues.
- Participants qui ne suivent pas le parcours balisé ou qui omettent de passer par un poste de contrôle.
- Non-respect des autres participants, l'organisation, les spectateurs et les personnes vivant dans la zone de course.
- L'aide matérielle ou humaine extérieure à l'organisation.
- Non-respect du règlement en vigueur lors du cut-off final (cf article 7).
- **Toute section de nage non effectuée (lac ou océan) entraîne la disqualification de l'équipe. Une section de nage correspond au passage d'une ou plusieurs bouées. Toute tricherie sur ces parties entraîne la disqualification de l'équipe et le retrait immédiat de la puce électronique.**

## ARTICLE 13 – SECURITE & ASSISTANCE MEDICALE

La sécurité et l'assistance médicale sur les parcours de swimrun et sur le village est assurée par l'association Hossegor Sauvetage Côtier affiliée à la Fédération Française de Sauvetage et Secourisme, ainsi que par l'AMSI (Assistance Médicale Service International France).

Une équipe de bénévoles signaleurs aquatiques et terrestres sera en renfort du dispositif.

- Un poste de secours est situé plage du Parc/parc Rosny tout au long de l'événement
- Des équipes secouristes volantes avec la présence d'un médecin + infirmiers sont réparties sur l'ensemble des parcours.
- Des équipes « serre-file » ferment la marche de l'ensemble des courses et restent derrière la dernière équipe.
- La sécurité aquatique est répartie tout au long du parcours.

En cas de besoin/aide sur les courses de nage en eau libre des parcours swimrun :

- les participants doivent lever un bras pour signaler leur demande d'aide aux personnes responsables de la sécurité aquatique situées sur le parcours.

L'organisation se réserve le droit de :

- de stopper un participant si la sécurité n'est plus assurée (ex : si la personne présente des signes cliniques divers sous jugement du médecin de l'évènement, courant trop important, niveau de nage non requis, etc...).

## **ARTICLE 14 - ENVIRONNEMENT**

La manifestation se déroule en partie en milieu naturel, sur les plages, chemins côtiers et dans l'océan et lac marin d'Hossegor. Les organisateurs et concurrents s'engagent ensemble à respecter cet espace et le préserver. Aucun jet de détritux ne sera toléré. Les concurrents qui emportent avec eux leur ravitaillement sous la combinaison ou maillot notamment sous la forme de gel ou de barres emballées doivent impérativement rapporter les emballages à terre et les déposer dans les poubelles prévues à cet effet. Tout concurrent qui est surpris à jeter dans la nature un quelconque objet ou déchet sera immédiatement disqualifié.

## **ARTICLE 15 – DROIT A L'IMAGE**

En s'inscrivant, le participant autorise l'organisation du Swimrun Côte Sud Landes à utiliser les images sur lesquelles il pourrait être identifié dans le cadre de diffusions promotionnelles et publicitaires et ce sans limite de temps. Dans le cas contraire, le participant doit en informer par écrit l'organisation. Conformément à la loi informatique et liberté du 6 janvier 1978, chaque participant dispose d'un droit d'accès et de rectification aux données personnelles le concernant.

Quant aux professionnels audiovisuels ou photos, ceux-ci doivent obtenir leur accréditation auprès de l'Organisation. Il est en outre entendu qu'aucune image, qu'aucune photographie ou qu'aucun film vidéo ne pourra être commercialisé auprès de partenaires privées ou de chaînes télévisées de quelque nature que ce soit sans l'accord express de l'Organisation du Swimrun Côte Sud Landes.

## **ARTICLE 16 – ASSURANCE ET RESPONSABILITES**



### Responsabilité civile organisateur :

- Conformément à la législation en vigueur, l'organisation a souscrit une assurance couvrant les conséquences pécuniaires de sa responsabilité civile et de celle de ses préposés en cas de défaut d'organisation.

### Responsabilité civile et Individuelle Accident :

- Il incombe aux participants licenciés ou non de contracter en leur nom une assurance personnelle (responsabilité civile et individuelle accident). Chaque swimrunner participe à cette épreuve sous sa propre responsabilité. L'organisateur décline toute responsabilité en cas d'accident provoqué par une défaillance physique du fait de sa participation à la course. **Le participant déclare avoir une parfaite connaissance des risques encourus sur leur intégrité physique du fait de leur participation à l'épreuve. Le participant confirme et accepte d'être le seul à savoir si son état de santé lui permet de participer à l'épreuve. Il déclare en outre qu'aucun médecin ou autre personne équivalente ne lui a déconseillé de participer à l'épreuve et s'engage à fournir un certificat médical de non contre-indication ou une preuve de licence sportive en compétition selon les termes du règlement.** Le participant consent dès à présent à recevoir tous soins et traitements médicaux s'avérant nécessaires pendant la compétition.
- Le participant déclare qu'il a connaissance du fait qu'il pourra éventuellement rencontrer des véhicules et/ou piétons sur le parcours et qu'il assume les risques liés à ces circonstances à l'occasion de la participation à la manifestation et notamment les épreuves de course à pieds et de natation. En outre, le participant prend acte du fait qu'il existe les risques suivants liés à la participation à la compétition, étant entendu que cette liste n'est pas limitative : risque de collision d'autres participants et/ou d'objets ; risques liés à l'état du sol, incidents techniques et défaillance de matériel, insuffisance de l'équipement de protection ; risques et dangers causés par les spectateurs, les bénévoles ou des intempéries. Le participant s'engage à se familiariser avec le parcours avant l'épreuve. La participation à l'événement vaut acceptation de la part du participant du parcours. Attention pour des raisons d'assurance, le dossard n'est pas échangeable et il est personnel. En cas de changement de dossard contraire à la réglementation de Swimrun Côte Sud Landes, la personne remplaçante ne sera couverte par aucune assurance en cas d'accident.
- Les frais de traitements médicaux ne sont pas compris dans les droits d'inscription et seront facturés au participant sur la base des tarifs usuels en la matière. L'organisateur ne proposant pas d'assurance couvrant le coût des soins médicaux, il est de la responsabilité du participant de conclure toutes assurances nécessaires ou utiles à cet effet. Toute responsabilité de l'organisateur à cet égard est exclue.
- La responsabilité de l'organisation est dérogée dès abandon, disqualification, par décision médicale ou autre décision du Directeur de la Course. Le participant consent dès à présent à recevoir tous soins et traitements médicaux s'avérant nécessaires pendant la compétition. Les frais de traitements médicaux ne sont pas compris dans les droits d'inscription et seront donc facturés au participant sur la base des tarifs usuels en la matière. L'organisateur ne proposant pas d'assurance couvrant le coût des soins médicaux, il est de la responsabilité du participant

de conclure toutes assurances nécessaires ou utiles à cet effet. Toute responsabilité de l'organisateur à cet égard est exclue.

#### **Vol, perte ou dommages :**

- L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accidents, de détérioration, vol ou perte de matériel et/ou objets personnels des concurrents y compris les affaires des équipes entreposées aux consignes.

## **ARTICLE 17 – ANNULATION ET REMBOURSEMENT**

- **En cas d'annulation pour force majeure** (conditions climatiques, conditions de mer, arrêté préfectoral, interdiction administrative, crise sanitaire ou tout évènement imprévisible...) ou pour motif indépendant de la volonté de l'organisation, celle-ci se réserve le droit d'annuler intégralement la compétition (évènement). Aucune réclamation, ni responsabilité ne peut être retenues à son encontre. Le participant ne peut aucunement réclamer le remboursement de son inscription, le paiement de dommages-intérêts à l'organisateur. Le montant des inscriptions reste acquis à l'organisation.

- **En cas de non-participation à l'épreuve** pour quelque motif que ce soit, aucun remboursement des frais d'inscriptions de la part de l'organisation ne peut être demandé.

#### **- En cas de blessure avant l'évènement :**

- o sur présentation d'un certificat médical à l'organisation, il est possible au participant de « transférer » son inscription à une tierce personne qui doit alors fournir les pièces justificatives obligatoires demandées pour la participation à l'évènement. Tout autre motif de désistement ne sera pas valable. Les changements de binôme seront autorisés **jusqu'au 5 juin 2024**. Le changement d'un compétiteur au sein d'une équipe ne doit ni modifier le choix de la course, ni le genre du compétiteur (homme ou femme ou mixte). **Pour changer de binôme, il suffit de vous rendre sur votre mail de confirmation d'inscription et cliquer sur le lien « transférer » votre inscription.**

#### **- En cas de blessure, maladie, imprévu avant l'évènement :**

- o **avoir souscrit à l'assurance annulation BEticketing.** Lors de l'inscription sur le site nujko, il est possible de souscrire à une assurance annulation. Celle-ci est individuelle. Elle peut être contractée par un seul des binômes ou les deux. Pour être remboursé, le participant doit avoir contracté l'assurance, si cela entraîne l'annulation de la participation de l'équipe, seul celui ayant pris l'assurance sera remboursé. Pour prétendre au remboursement complet de l'équipe (hors frais de dossiers), le binôme doit également avoir contracté l'assurance. Le remboursement est alors à hauteur de 80% du montant de l'inscription. Toute demande de remboursement devra être faite au travers de l'interface dédiée de Beticketing avant la date de retrait des dossards. Un lien et un QR code vers cette interface dédiée seront transmis à l'assuré lors de la souscription de l'assurance.

ATTENTION, un transfert de dossard, entraîne l'annulation de l'assurance. Le nouveau participant peut à son tour prendre l'assurance. **Merci de bien vouloir lire les conditions particulières de l'assurance annulation Beticketing [ici](#).**

## **ARTICLE 18 – RESPECT ET ASSISTANCE**

- Chaque participant doit faire preuve de respect envers les autres concurrents, les organisateurs, les spectateurs et les personnes vivant dans la zone de course. Chaque participant s'engage à respecter l'environnement et à avoir un comportement le plus éco-responsable possible.
- Un participant est tenu de porter secours dans la limite de ses possibilités et/ou de signaler un participant en difficulté aux organisateurs même s'il doit pour cela se détourner ou perdre du temps.

## **ARTICLE 19 – CRISE SANITAIRE – COVID-19 – VIGI PIRATE**

- L'organisation se réserve le droit d'adapter ce règlement en fonction des mesures sanitaires ou sécuritaires qui seront en vigueur au moment de l'événement. L'organisation s'engage à prévenir l'ensemble des concurrents des mesures et protocoles sanitaires et sécuritaires qui sont susceptibles d'évoluer d'ici la manifestation.