



Nom de l'évènement : **RAID LONGE CÔTE SETOIS**

Date de l'évènement : **samedi 23 mars 2024**

Club organisateur : **Sète Escapade**

Mail du club organisateur : sete.escapade@orange.fr

Ville où a lieu l'évènement : **Sète (34200) – Plages du LIDO et de LA BALEINE**

REGLEMENT

Pour la participation à cette rencontre sportive, un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du longe côte en compétition, **daté de moins de 1 an est obligatoire à défaut d'une licence sportive auprès de la FFR voire FFTriathlon.**

Les compétiteurs mineurs doivent fournir une autorisation parentale ainsi qu'un questionnaire relatif à leur état de santé dûment complété. Un certificat médical sera exigé si la réponse est oui à une ou plusieurs questions.

Art 1. Assurance/sécurité

L'évènement fait l'objet d'une déclaration relative aux manifestations nautiques en mer, adressée à la Direction départementale des Territoires et de la Mer (DDTM).

L'organisateur est assuré par contrat d'assurance, auprès de la fédération. Les participants licenciés et non licenciés sont couverts en responsabilité civile et en individuelle accidents corporels.

Tous les participants s'engagent à se soumettre à ce règlement par le seul fait de leur inscription et dégagent la responsabilité des organisateurs pour tout incident ou accident pouvant survenir du fait du non- respect de celui-ci. Les participants concourent librement et à leurs propres risques. L'organisation et les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas d'accident, vol ou perte de matériel et/ou objet personnel.

Dispositif de secours : L'évènement sera sécurisé par la mise en place d'un poste avancé de secours, équipé du matériel nécessaire, sous la responsabilité d'un médecin urgentiste.

Une équipe de signaleurs en bordure de plage veillera à la sécurité des participants.

Un arbitre sera présent pour assurer la régularité de l'épreuve.

Chaque participant fera preuve de respect envers les autres concurrents, les bénévoles et les organisateurs. Les participants doivent être capables de parcourir les distances prévues et être en bonne condition physique et mentale.

Tout participant à cet évènement, pris sur le fait d'usurpation d'identité d'un tiers, ou faisant une fausse déclaration d'identité ou d'âge, se verra disqualifié et fera l'objet de poursuites. Il ne pourra prétendre à aucun remboursement de son inscription et de celle de ses équipiers.

En cas de désordre troublant l'ordre public, l'organisateur se réserve le droit d'avoir recours aux forces de l'ordre.

Art 2. La course, les épreuves et les dossards

Le raid longe côte est une épreuve de longe côte longue distance, organisé sur la plage du LIDO et de la Baleine à Sète (entre les portes 19 et 39) site référencé par la FFRandonnée.

Le parcours sera balisé sur 1,5 km et permettra de proposer les épreuves suivantes :

- 1 épreuve de 6km en quarte (au moins 2 femmes dans l'équipe) **Grand raid Sétois**
- 1 épreuve de 3km en binôme (H/F/Mixte) **Petit raid sétois**

Les participants effectueront **soit 2 tours pour l'épreuve de 6km**, entrecoupée d'une sortie de l'eau à « l'australienne » **soit 1 tour pour l'épreuve de 3km**.

Les équipes partiront de la plage, les unes après les autres, séparées par un intervalle de temps défini (de type contre la montre) et arriveront sur la plage.

Les épreuves sont ouvertes aux hommes et aux femmes. 3 000 m pour la catégorie junior (années de naissance 2007 et 2008).

Le parcours de la course est jalonné et il est obligatoire de le suivre. En cas de sortie du parcours, seul le concurrent est responsable sauf si cela est dû à l'organisation.

Des points de contrôle sont prévus tout au long du parcours.

Les participants devront porter des dossards en haut et devant durant les épreuves. Le capitaine de l'équipe sera doté d'une puce électronique fournie par l'organisateur et visible pendant toute la durée de l'épreuve. Le club organisateur définit des dossards de différente couleur selon l'épreuve.

Des tee-shirts flockés pour la manifestation seront portés par les encadrants et les bénévoles pour les différencier des participants.

ART.3 : Règles des courses, chronométrage et horaires de passage

Les règles générales d'organisation des compétitions de longe côte, décrit dans le mémento fédéral « réglementation des activités de marche et de randonnée » s'appliquent (version de février 2022, modifiée le 11 octobre 2022).

Confer article 7-2

Pénalités : non- respect d'un bon niveau d'immersion, non- respect du pas du longeur, de la règle de rattrapage, interdiction de profiter de l'aspiration, respect des règles de contournement, application de la règle stop and go etc...

Le capitaine de l'équipe qui porte le badge de chronométrage doit passer la ligne d'arrivée derrière ses coéquipiers.

Les participants sont chronométrés et les résultats seront affichés pour les 2 courses, avec un classement au temps scratch, c'est-à-dire toutes catégories d'âge confondues (récompenses aux 3 premiers en quarte, ainsi que pour les binômes H/ F/Mixte)

En cas de malaise d'un des coéquipiers de la quarte (6000m), l'équipe peut continuer mais n'est pas classée.

Attention :

En cas de mauvaises conditions climatiques, les épreuves seront maintenues, excepté la présence d'orage ou d'une vigilance rouge selon son type, ce qui rendrait l'évènement dangereux. Les épreuves pourront alors être reportées ou annulées.

En cas de mauvaise météo, vagues et du choix des compétiteurs de ne pas participer aux épreuves, aucun remboursement total ou partiel ne pourra être réclamé.

La plage que les participants empruntent est ouverte au public et de ce fait doit être partagée. Nous demandons aux participants de faire preuve de respect et de correction.

Barrière horaire de fin de course :

1^{er} départ des quartes à 9H avec le lancement des équipes espacées par un intervalle de temps qui sera défini en fonction du nombre d'équipes. Les binômes (3000m) partiront après. L'évènement sera considéré comme terminé à 12h.

La surveillance du respect de ces règles sera faite par des contrôleurs qui sont formés par l'organisateur sur les règles de courses du long côtes en amont de l'évènement. Le participant aura l'obligation d'écouter leurs remarques. Si ces remarques sur le non-respect des règles ne sont pas prises en compte par le concurrent, le numéro de dossard sera noté et signalé à l'arbitre. S'il estime que cette attitude est inacceptable, le participant ne sera pas classé.

Art 4. Ravitaillement et hydratation

Pour le parcours de 6km, un point d'eau sur la plage sera mis à disposition des participants, lors de la sortie de l'eau. A ce point, des zones de propreté seront prévues pour jeter les déchets. En dehors de cette zone, les participants sont autonomes en boisson et éventuellement collation. Ils devront conserver leurs déchets sous peine de disqualification.

Art 5. Matériel

Pour concourir aux épreuves, il est demandé obligatoirement aux participants de porter l'équipement suivant :

*Maillot de bain et/ou shorty néoprène ou combinaison néoprène.

*Chaussures obligatoires et adaptées au long côtes (pas de crampons métalliques)

L'organisation décline toute responsabilité en cas de blessure ou d'accident liés au choix des chaussures utilisées par les participants.

L'équipement suivant (à charge du participant) est recommandé

Ravitaillement personnel solide (gel, barres énergétiques)

Poche à eau

Mains nues (gants autorisés)

Sont interdits :

*Tout équipement motorisé

*Ustensiles d'aide à la propulsion de type plaquettes ou pagaies sont interdits.

*Chaussons néoprène ou plastique interdits. (botillons permis)

Art 6. Respect de l'environnement

Il est strictement interdit d'abandonner des déchets et emballages hors des zones de propreté.

L'organisateur a travaillé en amont avec la Direction départementale des Territoires et de la Mer, afin de respecter la faune et la flore sur la totalité du site. L'organisateur s'engage à ne pas utiliser de la bombe de peinture en milieu naturel et à enlever toute la signalétique après la course et à ramasser les éventuels déchets laissés par les participants. Tout participant ne respectant pas l'environnement, la flore et la faune se verra disqualifier (jet de détritux, passage dans les zones non balisées).

Art. 7 Force majeure

En cas de force majeure, l'organisateur pourra à tout instant mettre fin à l'épreuve. Les participants seront prévenus par tous les moyens possibles, ils devront alors se conformer strictement aux directives de l'organisation. Le non-respect des consignes, entraînera la fin de la responsabilité de l'organisateur. Les participants ne pourront prétendre à aucun remboursement des droits d'inscription.

Art 8. Annulation

L'organisateur se réserve la faculté d'annuler l'épreuve soit sur requête de l'autorité administrative, soit en cas de force majeure pour des motifs indépendants de sa volonté.

Les participants pourront être remboursés partiellement des droits d'inscription.

Art 9. Droit d'image et respect de la vie privée

Par leur inscription, les participants autorisent les organisateurs ainsi que leurs ayant droits tel que, partenaires, médias, à utiliser les images fixes ou audio-visuelles sur lesquelles ils pourraient apparaître, prises à l'occasion de leur participation, sur tout support y compris pour les projections éventuelles, lors de cette journée.

Les informations recueillies via le formulaire d'inscription sont enregistrées dans un fichier informatisé pour le bon déroulement de l'organisation de l'épreuve. Conformément à la loi sur la protection des données personnelles, les concurrents disposent d'un droit d'accès et de rectification pour les données les concernant.

Art 10 : Acceptation

Tout participant reconnaît avoir pris connaissance du règlement et en accepte toutes les clauses. Tout engagement est personnel, ferme et définitif, et ne peut faire l'objet de remboursement pour quelque motif que ce soit. Aucun transfert d'inscription n'est autorisé.

Il sera possible d'opérer un changement dans une équipe en cas d'indisponibilité dûment justifiée d'un des compétiteurs jusqu'au moment du retrait des dossards.

ORGANISATION

Gestion des inscriptions : utilisation de l'application ATS Sport

https://www.ats-sport.com/epreuve.php?id_epreuve=8448

Tarif de l'inscription: 10€ par personne (+ frais de gestion 1 euro)

PROGRAMME DE LA JOURNEE :

7H45 : Accueil, remise des documents et retrait des dossards et des puces de chronométrage.

8H15 : Briefing

8H30 : Echauffement

9H : Epreuve en quarte 6km

Départ plage, séparé par un intervalle de temps, puce de chronométrage.

9H30 : Epreuve en binôme 3km H/mixte/femme

Départ plage, séparé par un intervalle de temps, puce de chronométrage

12H00 : Fermeture du plan d'eau

12H30 : Remise des récompenses

PLAN DE ZONE pour indiquer les zones d'accueil, de retrait des dossards, les toilettes, les parkings, le départ, les vestiaires, les secours, les ravitaillements. (cf pièce jointe)

Le directeur de course : Jean-François BANCK

Dispositif de sécurité :

L'évènement sera sécurisé par la mise en place d'un poste avancé de secours, équipé du matériel nécessaire, situé sur la plage proche de l'arche de chronométrage sous la responsabilité d'un médecin urgentiste Dr Michel Rivière

Des signaleurs espacés sur le parcours ayant le PSC1 et /ou le brevet fédéral d'animateur longue côte seront disposés en bordure de plage.

Sur les points de contrôle dans l'eau (400m, 800m et virage au 1,5km), deux signaleurs seront présents pour checker les participants.

REGLES DES COURSES, CHRONOMETRAGE ET HORAIRES DE PASSAGE

Les règles générales d'organisation des compétitions de longue côte, décrit dans le mémento fédéral-règlementation des Activités de Marche et de Randonnée s'appliquent (version février 2022, modifiée le 11 octobre 2022)

Le chronométrage est assuré par la société ATS SPORT (puces électroniques).

Les horaires de passage seront envoyés la veille de la compétition ou disponibles sur le site d'ATS-SPORT.

Date de fin des inscriptions : **jeudi 21 mars 2024 minuit**

ANNEXE, PARCOURS

Piquet 1900m
4900m

Piquet 1500m
4500m

Arche Depart
Arrivee
800m 3000m

Piquet 400m
3400m



43.389175 Lat
3.653814 Long

P: parking
T: toilettes
PCourse. Secours
Dossards...

43.380521 Lat
3.637467 Long