

Épreuves solo

- 500M PAGAIE
- 200M - 800M
- TRAIL LONGE-CÔTE

Épreuves équipes

- 400M BINÔMES
- 4 X 50M PAGAIE MIXTE

FFRandonnée   
Longe Côte

Catégories

- MINIMES À MASTER 4
- DÉFICIENTS VISUELS



**LONGE**

1<sup>er</sup> Championnat de France

**CÔTE**

5 > 7 JUIN 2026

La Baule



www.ffrandonnee.fr · cdflongecote@ffrandonnee.fr · FFRandonnée · #CDFLC26

# DOSSIER COMPÉTITEUR

2026

FFRandonnée   
Longe Côte



FFRandonnée   
les chemins, une richesse partagée  
Pays-de-la-Loire

FFRandonnée   
les chemins, une richesse partagée  
Loire-Atlantique

# SOMMAIRE

**3**

**Les éditos**

**5**

**Les organisateurs et  
les partenaires**

**6**

**Venir à la  
Baule**

**8**

**Office de Tourisme /  
infos touristiques**

**10**

**Hébergements**

**13**

**Plan du village**

**14**

**Les parcours**

**18**

**Programme  
Vendredi**

**19**

**La cérémonie  
d'ouverture**

**21**

**Programme  
Samedi**

**22**

**La soirée festive**

**23**

**Paniers repas  
Samedi midi**

**24**

**Programme  
Dimanche**

**25**

**Jury/Arbitrage  
et PC Course**

**28**

**Après-course et  
développement  
durable**

**30**

**Annexes**



**Frédéric MONTROYA**  
Président de la FFRandonnée

La plage de la Baule dont la réputation n'est plus à faire pour sa beauté et ses km de sable fin accueillera le 6 et 7 juin 2026, le championnat de France de longe-côte avec un programme qui sans nul doute devrait convenir aux compétiteurs les plus aguerris mais aussi aux longeurs qui découvriront la compétition à cette occasion.

En tant que Président de la FFRandonnée, j'apporterai par ma présence mon plein soutien à ce championnat de France qui par son organisation sobre et durable participe à l'atteinte de nos objectifs en matière de développement durable.

Ce championnat se tient 2 mois après notre congrès de Brest qui a fait de l'inclusion l'une de ses thématiques majeures, aussi je remercie les organisateurs d'avoir prévu des épreuves pour nos amis déficients visuels.

Enfin rien de tel pour donner envie aux plus jeunes de découvrir la pratique que de leur proposer un défi avec le trail longe côte et pourquoi pas de devenir un des futurs champions de cette discipline dont l'engouement ne se dément pas .

Je souhaite à tous les inscrits, un beau championnat de France de longe-côte



**Bernard Chéneau**  
Président du Comité Régional des Pays de la Loire

Le Comité Régional de Randonnée des Pays de la Loire s'est à nouveau porté candidat pour l'organisation du Championnat de France de Longe Côte en 2026 appuyé sur le club Longe Côte Club de France de la Baule et avec la participation du Comité Départemental de Loire-Atlantique.

Pourquoi à nouveau ? Parce que nous avons déjà été présent à ce niveau en 2018 avec le club des Sables d'Olonne lors d'une journée mémorable où les longeurs avaient fait connaissance avec les vagues et la houle de l'Océan Atlantique...

Gageons que la baie de la Baule sera nous offrir des conditions idéales pour la pratique apaisée du Longe Côte et que les longeurs venus de toute la France sauront en profiter pleinement

Il n'empêche que les compétitions seront acharnées car ne l'oublions pas nos clubs Ligériens se classent régulièrement parmi les tout premiers clubs de France.

Ceci dit, les organisateurs de la Baule, qu'il s'agisse des élus, des services municipaux, des acteurs locaux, des arbitres Nationaux et Locaux et des bénévoles du club sauront tout mettre en œuvre pour accueillir les athlètes et leur offrir les meilleures conditions sportives

N'oublions pas aussi les coureurs du trail, désormais institué le dimanche matin, qui sauront s'impliquer à la fois sur terre et dans la mer, particularité de notre compétition Terre/Mer.

A toutes et tous nous souhaitons un très bon séjour sur notre belle côte Atlantique

Bienvenue.





**Franck Louvrier**  
**Maire de la Baule Escoublac**

Le Longe-côte est une discipline en plein essor dans les secteurs balnéaires.

C'est donc avec beaucoup de fierté et d'enthousiasme que La Baule-Escoublac accueille la onzième édition de ses championnats de France.

En effet, le choix de notre ville-jardin nichée au bord de l'océan pour l'organisation de cet événement sportif majeur est en quelque sorte une quadruple consécration pour elle.

D'abord, il valorise la qualité du terrain de jeu concerné : la plus belle plage d'Europe et une des plus belles baies du monde. Un tel écrin est naturellement disposé à être le théâtre d'une compétition importante.

Il traduit ensuite la vocation sportive de notre commune. Outre nos deux « stades naturels », notre baie et notre domaine forestier en plein cœur de ville, nous disposons de nombreuses infrastructures modernes et accessibles

dédiées aux sports. Ce n'est pas un hasard si près d'un tiers de nos résidents sont licenciés dans un des 48 clubs locaux ! Puis il témoigne une nouvelle fois de notre capacité à organiser de grands événements sportifs. Triathlon, marathon de la Côte d'Amour, Jumping international, ville-étape de la Flamme olympique 2024, accueil de la sélection argentine lors de la Coupe du monde de rugby... pour n'en citer que quelques-uns. La qualité de nos équipements et celle de l'accueil de nos professionnels ne sont plus à démontrer.

Enfin, le longe-côte s'inscrit dans la vocation sport-santé qu'entend développer la municipalité. Même si contre toute logique la santé n'est pas une compétence communale, ici nous nous la sommes appropriée parce que c'est notre devoir d'élus locaux de veiller à l'ensemble de ce qui touche au quotidien nos administrés.

Qu'ils soient participants, accompagnateurs ou simples spectateurs, ce week-end de compétition sera également pour tous l'occasion de profiter de notre formidable territoire, de sa qualité de vie et de la diversité des activités qu'il propose.

Soyez donc les bienvenus ici : le Longe-côte et La Baule-Escoublac, c'est le début d'une histoire qui va durer longtemps !



**Romain Leray & Hélène Cospain**  
**Pour le Longe Côte Club de France**  
**Organisateurs du Championnat de France 2026 à La Baule**

C'est avec énormément de joie et d'émotion que nous vous accueillons cette année à La Baule pour le Championnat de France de Longe Côte.

Nous sommes très heureux que le Longe Côte Club de France ait la chance d'organiser cette grande fête de notre discipline. Voir se rassembler ici, dans notre belle baie, des clubs venus de toute la France est pour nous une vraie fierté, mais surtout un immense plaisir humain.

Nous sommes aussi particulièrement heureux que le Championnat de France se déroule cette année sur l'Océan Atlantique. L'Atlantique fait partie de l'ADN du longe côte : une mer vivante, parfois joueuse, parfois exigeante, mais toujours magnifique.

Nous tenons également à remercier sincèrement le Comité Régional Pays de la Loire ainsi que le Comité Départemental de Loire-Atlantique pour leur accompagnement, leur confiance et leur engagement à nos côtés dans l'organisation de ce championnat. Leur soutien est précieux et contribue pleinement à la réussite de cet événement.

Nous avons souhaité que ce championnat soit à l'image de la communauté longe côte : exigeant sportivement, bien sûr, mais aussi simple, chaleureux, convivial et tourné vers le partage. Derrière cet événement, il y a des bénévoles passionnés, des clubs engagés, des pratiquants qui font vivre cette discipline toute l'année sur les côtes, les lacs et les plans d'eau de France.

Nous espérons que vous prendrez autant de plaisir à vivre ce championnat que nous en avons eu à le préparer pour vous.

Bienvenue à La Baule, bienvenue sur l'Atlantique, et très beau Championnat de France à toutes et à tous.

## LES ORGANISATEURS



## LES PARTENAIRES INSTITUTIONNELS ET PRIVÉS



LONGECOTE\_CLUBDEFRANCE



FFRANDONNÉE

CHAMPIONNAT DE FRANCE DE LONGE CÔTE 2026 LA BAULE

# VENIR À LA BAULE

## EN TRAIN

Rejoignez La Baule-Escoublac facilement depuis :

- Paris : 3h (TGV direct depuis Montparnasse)
- Nantes : 1h
- Rennes : 2h30
- Angers : 1h30
- Le Mans : 2h

La gare de La Baule-Escoublac est située à proximité du centre-ville et des plages.

## EN VOITURE

- 1h depuis Nantes (N165)
  - 2h30 depuis Rennes
  - 4h depuis Paris (A11 puis N165)
  - 2h depuis Angers
- Sorties recommandées : La Baule / Guérande / Pornichet selon votre lieu d'hébergement.

## EN AVION

80 % de l'empreinte carbone d'un événement sportif est liée aux transports.

C'est l'impact principal d'un événement sportif.

C'est pourquoi nous vous encourageons à privilégier les transports en commun ou le covoiturage.

Et vous, comment venez-vous ?

Relevez le défi de venir en train, en covoiturage ou même à vélo !

Les aéroports les plus proches :

- Aéroport de Nantes Atlantique : à 1h de La Baule
- Aéroport de Saint-Nazaire – Montoir (vols ponctuels)

Depuis Nantes Atlantique :

- Navettes aéroport → gare de Nantes
- Train Nantes → La Baule (environ 1h)

## EN BUS ET TRANSPORTS LOCAUX

- Réseau Lila Presqu'île pour circuler sur La Baule, Pornichet et Guérande
- Liaisons bus depuis Saint-Nazaire et Nantes



# UN DÉPLACEMENT ÉCO-RESPONSABLE :

## ACCÈS EN BUS DEPUIS LA GARE DE LA BAULE-ESCOUBLAC

Pour rejoindre le 71 boulevard de l'Océan depuis la gare SNCF de La Baule-Escoublac, emprunte la ligne L13 du réseau Lila Presqu'île.

- Départ : Arrêt Gare SNCF Sud.
- Direction : Saint-Nazaire.
- Arrêt de descente : Avenue des Topazes.

L'arrêt Avenue des Topazes se situe à environ 3 minutes à pied du 71 boulevard de l'Océan.

### Fréquences et horaires

- Du lundi au vendredi : un bus toutes les 30 minutes de 5h30 à 20h30.
- Le samedi : un bus toutes les heures de 7h30 à 20h30.
- Le dimanche et les jours fériés : 5 départs par jour entre 9h00 et 18h30.

Le trajet entre la gare et l'arrêt Avenue des Topazes dure environ 10 minutes.



LONGECOTE\_CLUBDEFRANCE



FFRANDONNÉE

CHAMPIONNAT DE FRANCE DE LONGE CÔTE 2026 LA BAULE

7

# OFFICE DE TOURISME

## LA BAULE PRESQU'ÎLE DE GUÉRANDE, DESTINATION ATLANTIQUE

Entre plage mythique, architecture Belle Époque, nature préservée et art de vivre, La Baule est une destination incontournable de la côte Atlantique.

Réputée pour l'une des plus belles baies du monde, elle séduit autant par son élégance que par son dynamisme sportif et culturel. Villas historiques, forêts de pins, marais salants et activités nautiques : La Baule offre une expérience riche et variée.

### LE CENTRE-VILLE

- Entre avenues bordées de pins, villas emblématiques, commerces et terrasses animées, le centre-ville de La Baule invite à la flânerie.
- Station balnéaire développée à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, La Baule conserve un patrimoine architectural remarquable, mêlant villas Belle Époque, Art déco et maisons contemporaines.

### LA BAIE DE LA BAULE

Classée parmi les plus belles baies du monde, la plage de La Baule s'étend sur plus de 9 km de sable fin, de Pornichet au Pouliguen.

C'est le cœur de la station : idéale pour la baignade, les sports nautiques, le longé côte ou tout simplement la détente face à l'océan Atlantique.



### CONTACT – OFFICE DE TOURISME

- **8 avenue Louis Lajarrige,  
44500 La Baule-Escoublac**
- **labaule-guerande.com**
- **02 40 24 34 44**



LONGECOTE\_CLUBDEFRANCE



FFRANDONNÉE

CHAMPIONNAT DE FRANCE DE LONGE CÔTE 2026 LA BAULE

8

# LES INCONTOURNABLES



## LE REMBLAI DE LA BAULE

Véritable lieu de vie, cette promenade longe la plage et offre une vue imprenable sur l'océan. Très apprécié pour les balades à pied ou à vélo, il relie les différents quartiers balnéaires.



## LES MARAIS SALANTS DE GUÉRANDE

À quelques minutes de La Baule, découvrez un site naturel exceptionnel où les paludiers récoltent le sel de manière traditionnelle. Un incontournable du patrimoine local.



## LE PORT DU POULIGUEN

Situé à proximité immédiate de La Baule, ce port de plaisance typique est un lieu animé, entre bateaux, restaurants et promenades le long des quais.



## LA CÔTE SAUVAGE DU CROISIC

À l'extrémité de la presqu'île, la Côte Sauvage du Croisic offre un contraste saisissant avec la baie de La Baule. Falaises, rochers sculptés par l'océan et sentiers côtiers composent un paysage brut et spectaculaire, idéal pour la randonnée et l'observation de l'océan Atlantique dans toute sa puissance.



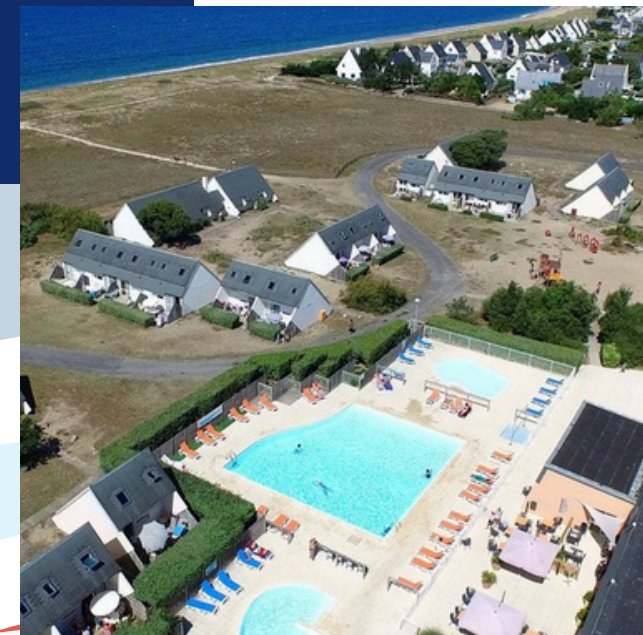
LONGECOTE\_CLUBDEFRANCE



FFRANDONNÉE

CHAMPIONNAT DE FRANCE DE LONGE CÔTE 2026 LA BAULE

# HÉBERGEMENTS PARTENAIRES



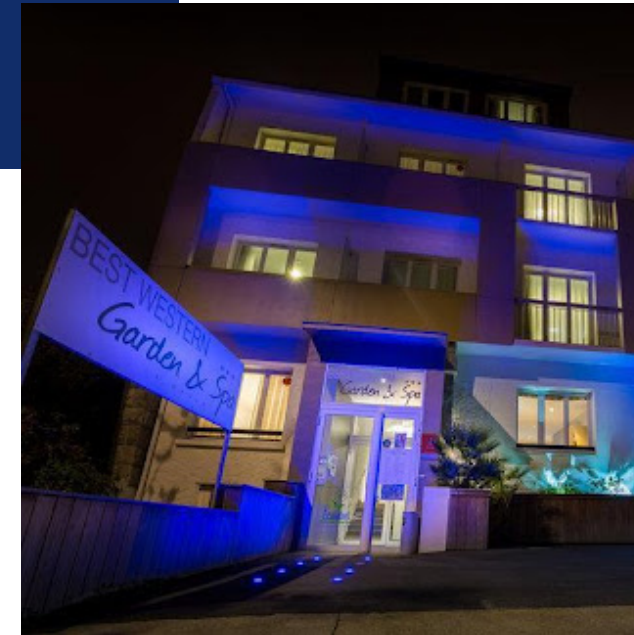
## VVF LES PLAGES DE GUÉRANDE LA TURBALLE 3 ÉTOILES

Adresse : Boulevard de la Grande Falaise, 44420  
La Turballe, à environ 10 km de La Baule.

### TARIF NÉGOCIÉ POUR LES COMPÉTITEURS

CONTACT : 02 40 62 81 65

SITE INTERNET : <https://www.vvf.fr/villages-vacances/>

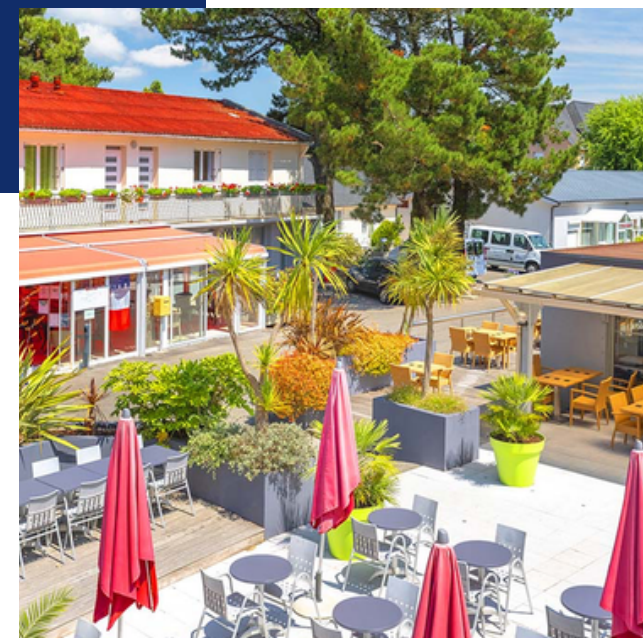


## BEST WESTERN HOTEL GARDEN & SPA 4,1 ÉTOILES

Adresse : 30 Av. du Bois d'Amour, 44500 La  
Baule-Escoublac, France.

CONTACT : 02 40 60 77 12

SITE INTERNET : <https://hotel-labaule-gardenspa.com>



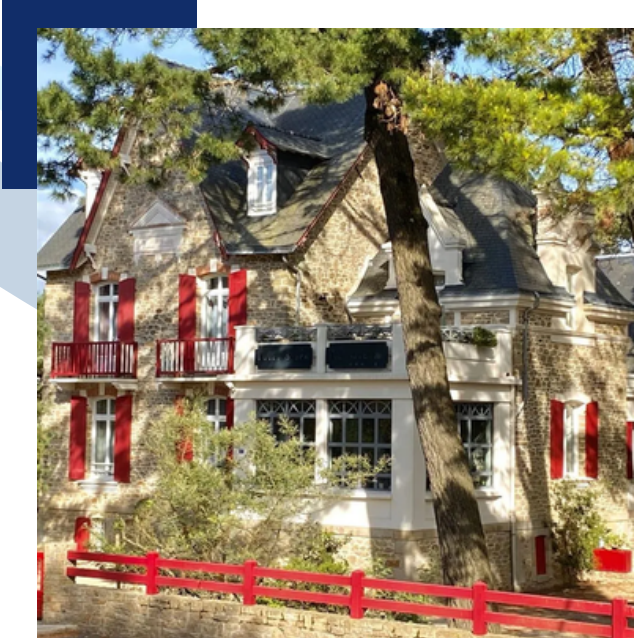
## AZUREVA 3,6 ÉTOILES

Adresse : 27 Av. de Rangrais,  
44380 Pornichet

### TARIF NÉGOCIÉ POUR LES COMPÉTITEURS

CONTACT : 02 40 61 03 44

SITE INTERNET : <https://www.azureva-vacances.com/fr/hebergement/village-vacances-pornichet-baie-de-la-baule//>



## HÔTEL LUTÉZIA & SPA 4,6 ÉTOILES

Adresse : 13 Av. Olivier Guichard, 44500 La  
Baule-Escoublac, France.

CONTACT : 02 40 60 25 81

SITE INTERNET : <https://www.lutetia-labaule.com>



LONGCOTE\_CLUBDEFRANCE



FFRANDONNÉE

CHAMPIONNAT DE FRANCE DE LONGE CÔTE 2026 LA BAULE 10

# HÉBERGEMENTS PARTENAIRES



## GOLDEN TULIP 4,6 ÉTOILES

Adresse : 12-14 Av. de la Lieutenante, 44500 La Baule-Escoublac

CONTACT : 02 72 25 21 21

SITE INTERNET : <https://www.goldentulip.com>

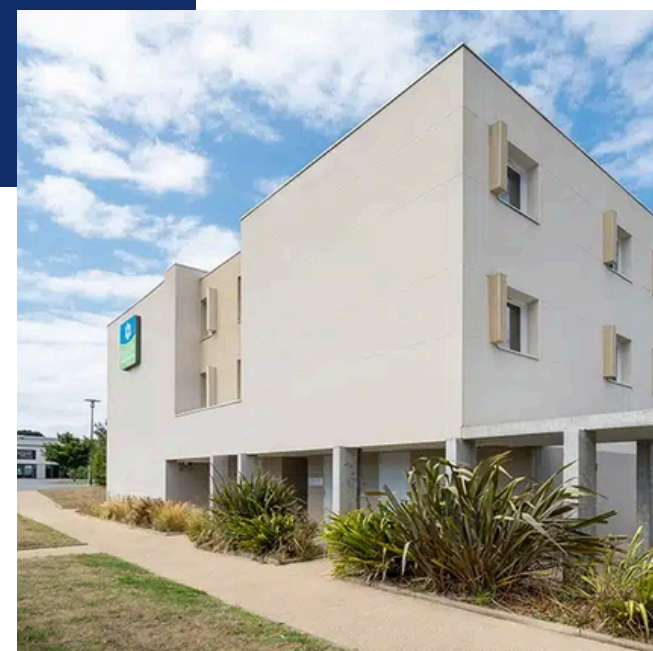


## HOTEL MONALISA 4,1 ÉTOILES

Adresse : 42 Av. Georges Clemenceau, 44500 La Baule-Escoublac

CONTACT : 02 40 60 21 33

SITE INTERNET : <https://www.hotelmonalisa-labaule.com/fr>



## SURE HOTEL BY BEST WESTERN 4,6 ÉTOILES

Adresse : Domaine de Bréhadour, 1 Rue du Milan Noir 44350 Guérande

CONTACT : 02 40 45 85 47

SITE INTERNET : <https://surehotelguerande.com>



## ADONIS LA BAULE APPART'HÔTEL 4,1 ÉTOILES

Adresse : 53 Av. du Maréchal Franchet d'Esperey, 44500 La Baule-Escoublac

CONTACT : 02 40 11 72 72

SITE INTERNET : <https://adonis-labaule.com>



LONGECOTE\_CLUBDEFRANCE



FFRANDONNÉE

CHAMPIONNAT DE FRANCE DE LONGE CÔTE 2026 LA BAULE



# HÉBERGEMENTS PARTENAIRES

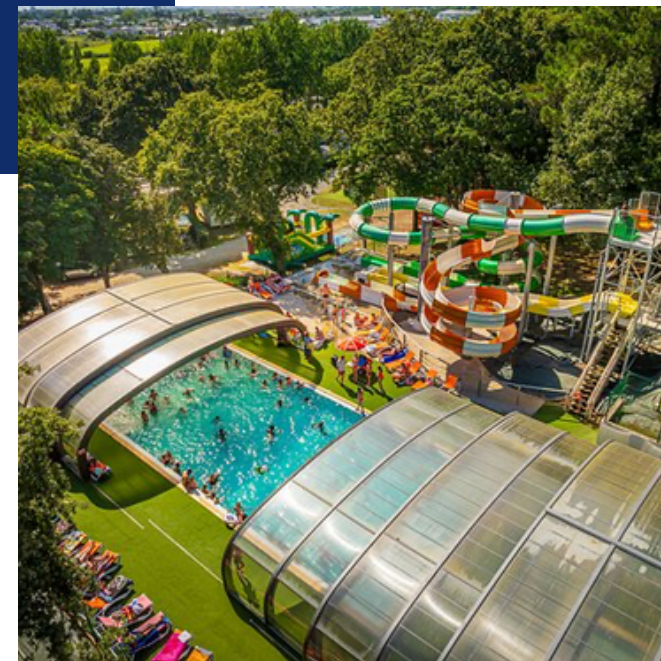


## CAMPING LES OLLIVAUD 3 ÉTOILES

Adresse : La ville Olivo, 44500  
La Baule-Escoublac

CONTACT : 02 51 76 08 45

SITE INTERNET : <https://www.lesollivaud.com>

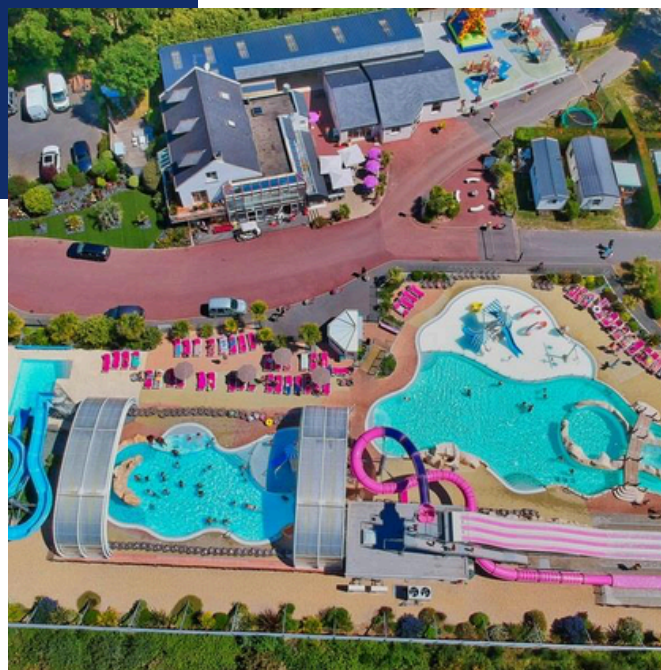


## ALOA VACANCES CAMPING LES AJONCS D'OR 3,6 ÉTOILES

Adresse : Chem. du Rocher,  
44500 La Baule-Escoublac

CONTACT : 02 40 60 33 29

SITE INTERNET : <https://www.aloa-vacances.com/les-ajoncs-or/accueil/>



## AIROTEL CAMPING LA ROSERAIE 3,5 ÉTOILES

Adresse : 20 avenue Jean  
Sohier - 44500 LA BAULE

### TARIF NÉGOCIÉ POUR LES COMPÉTITEURS

CONTACT : 02 40 60 46 66

SITE INTERNET : <https://www.laroseraie.com>



## CAMPING DU BUGEAU 4,4 ÉTOILES

Adresse : 33 Av. des Lorientes,  
44380 Pornichet

CONTACT : 02 40 61 02 02

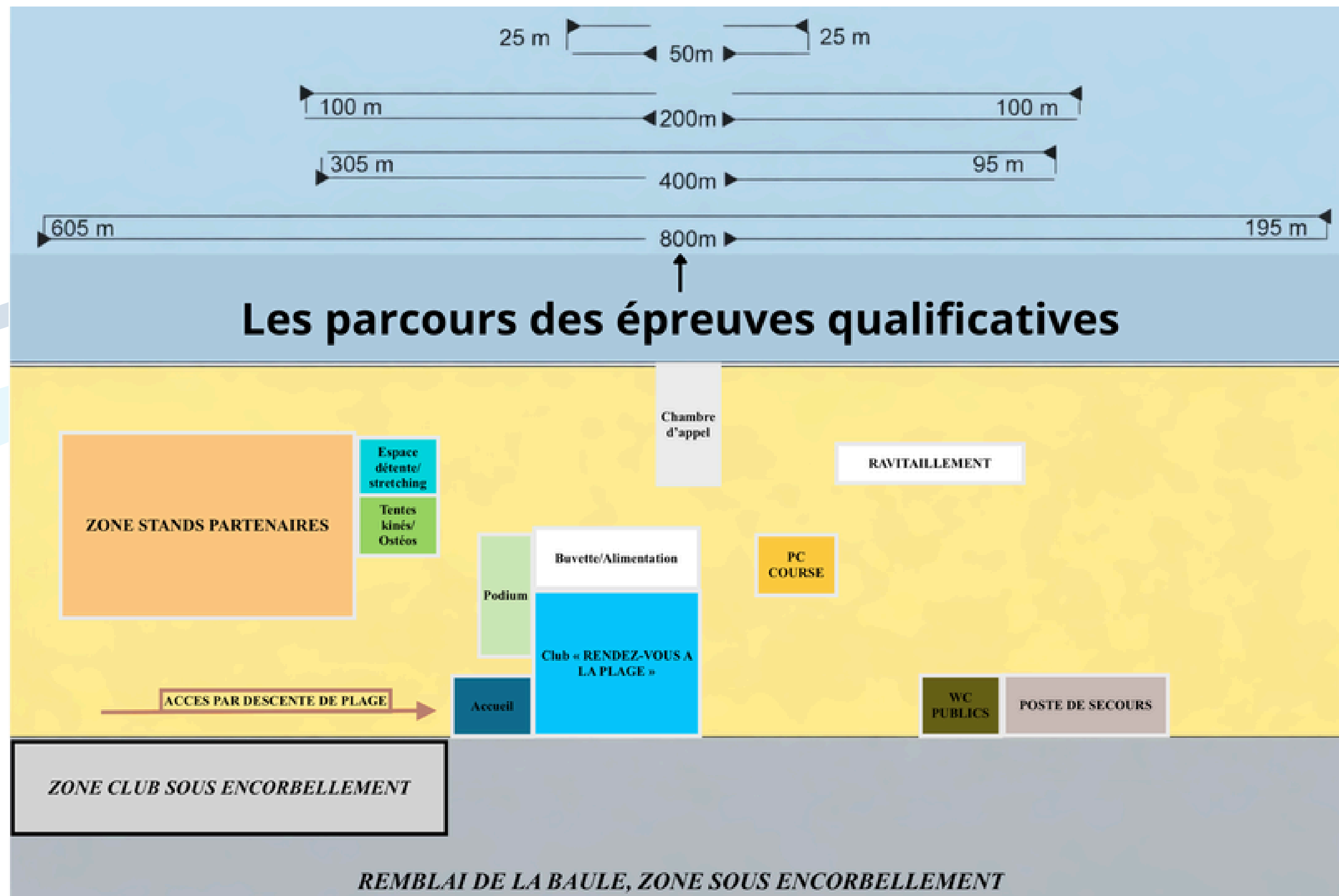
SITE INTERNET : <https://www.campingdubugeau.com/fr>



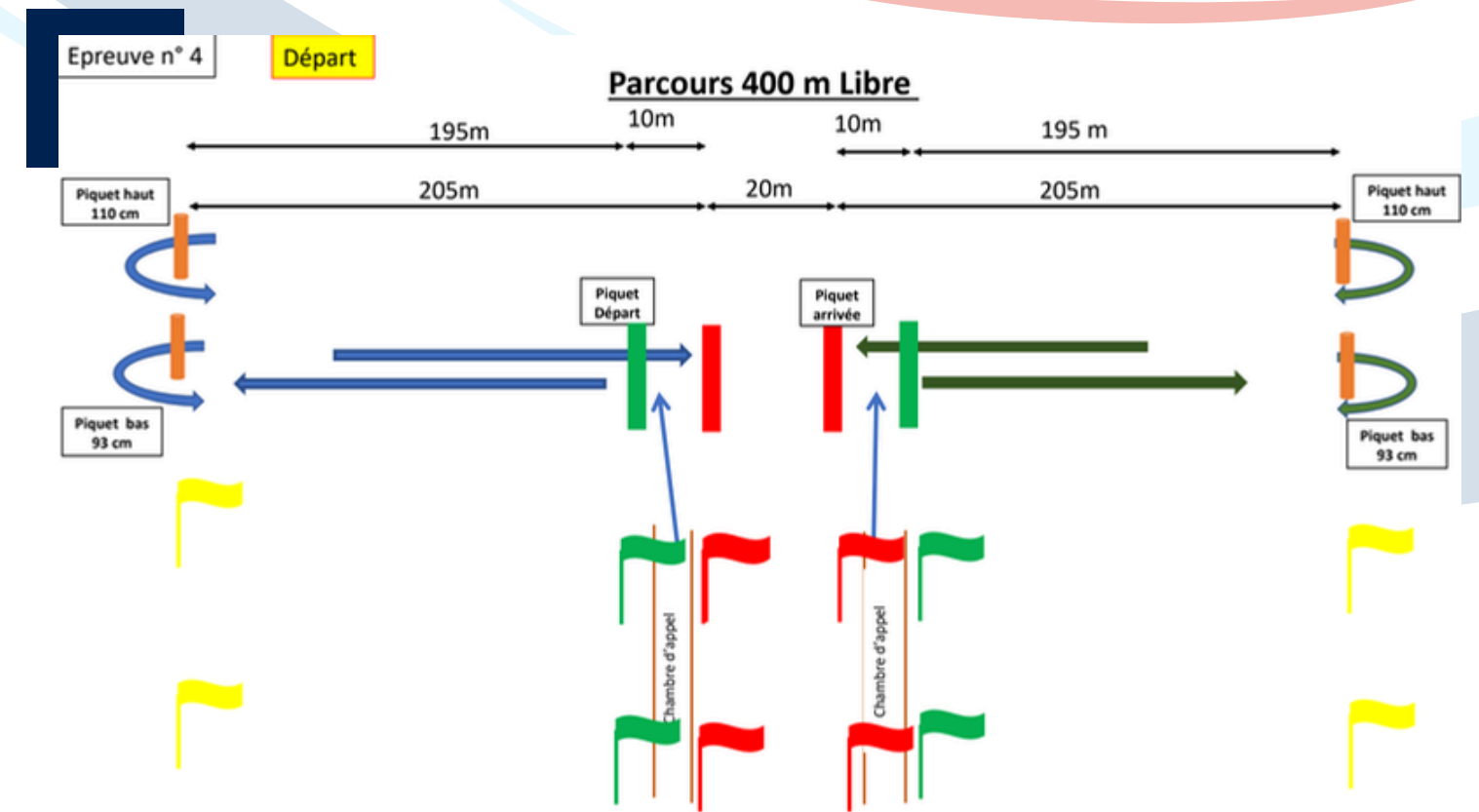
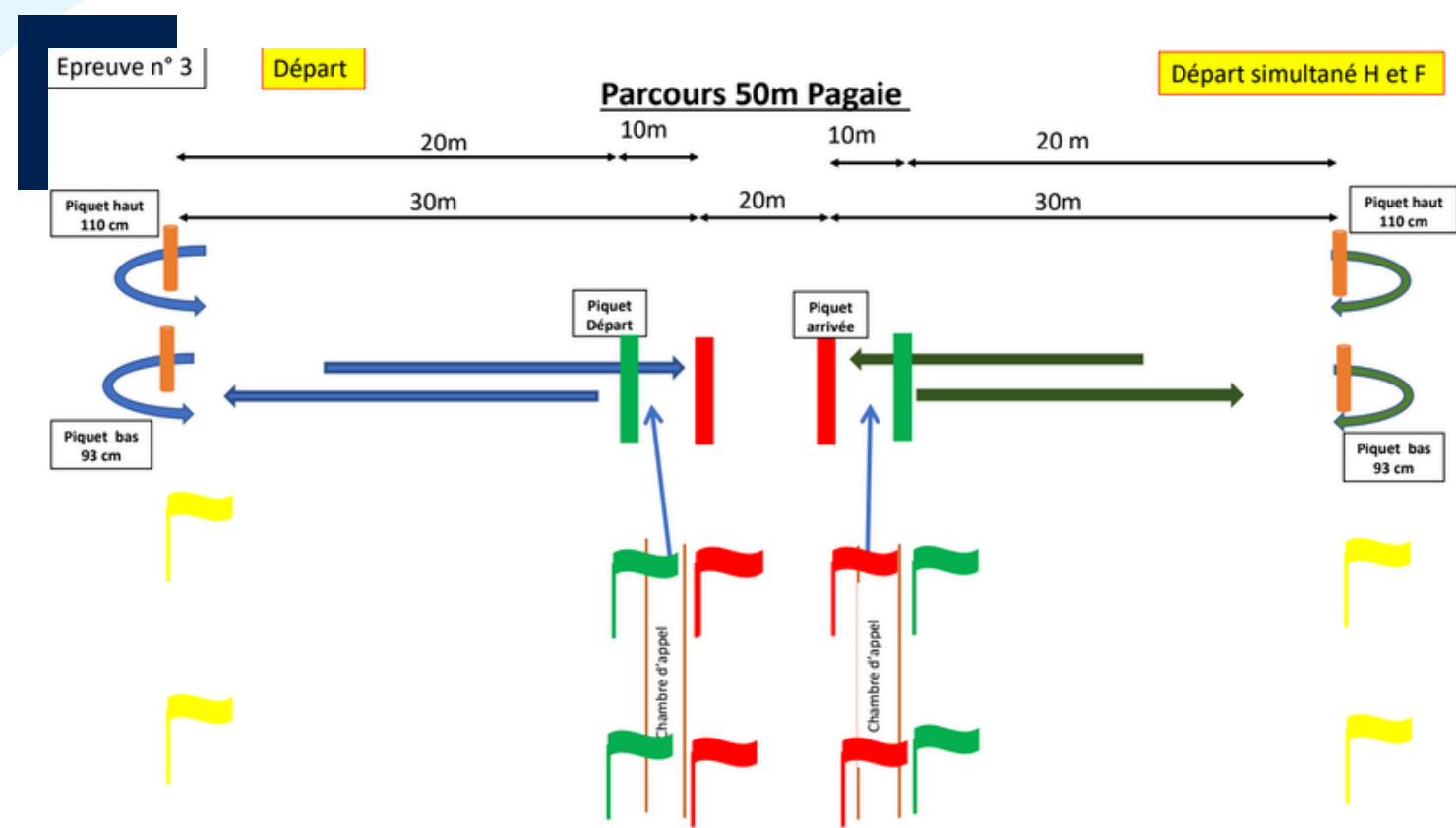
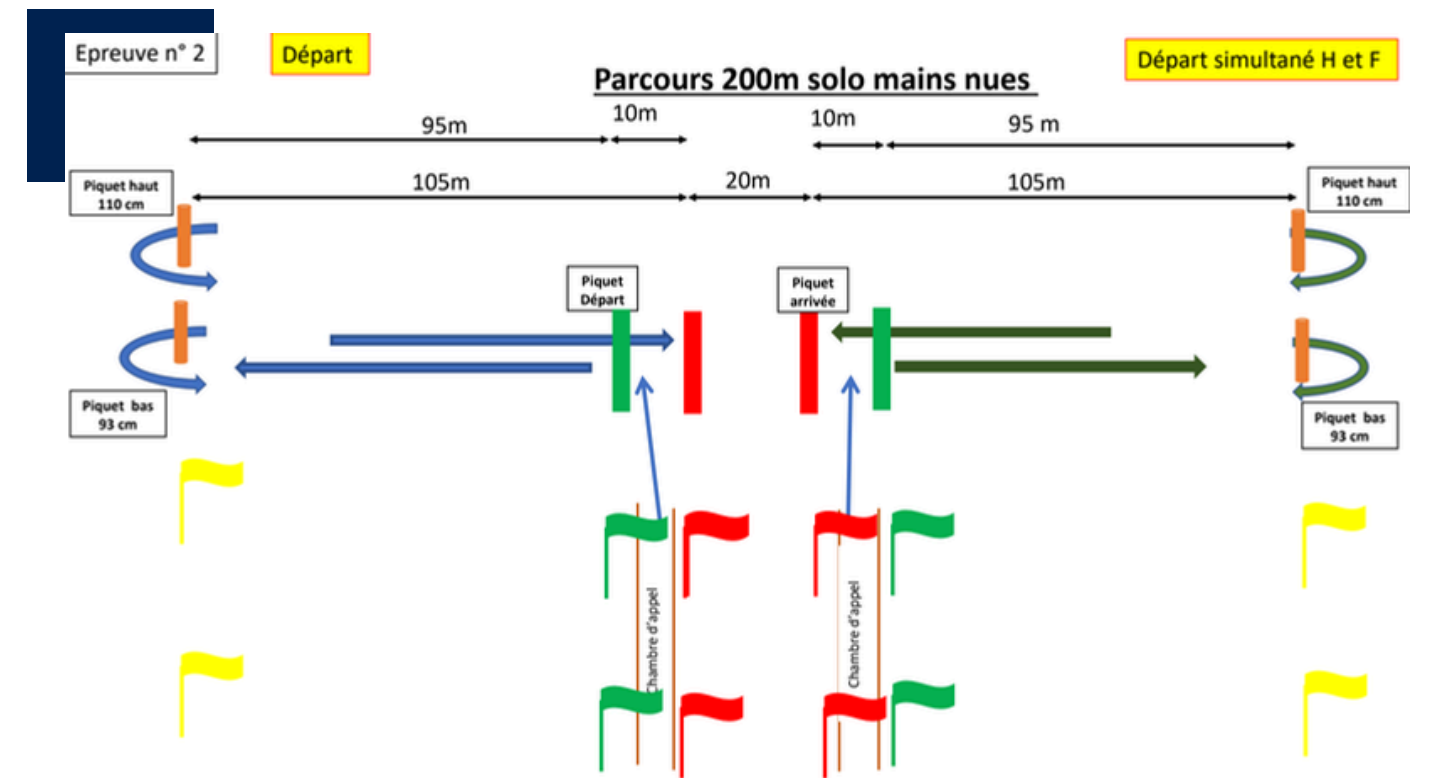
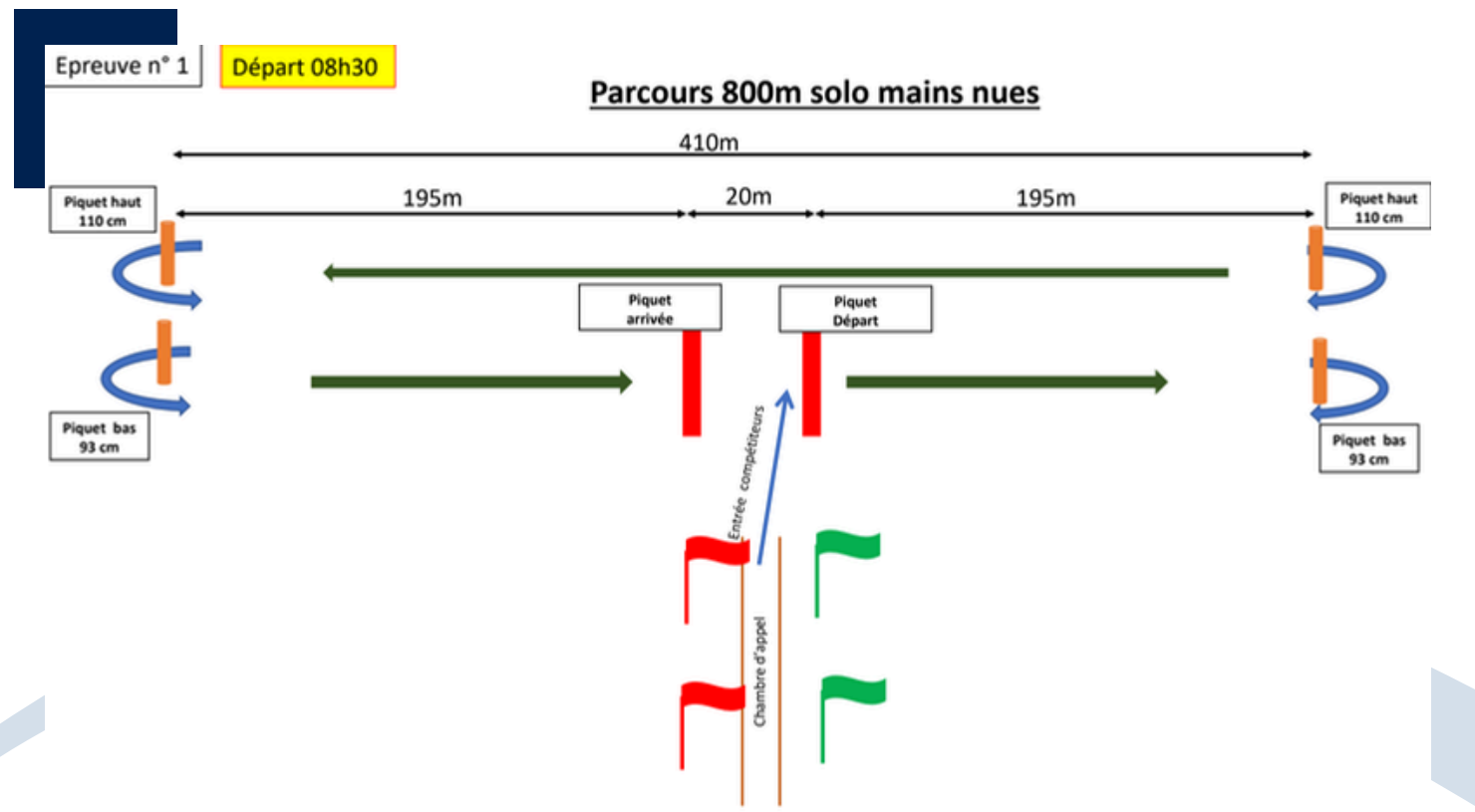
LONGECOTE\_CLUBDEFRANCE



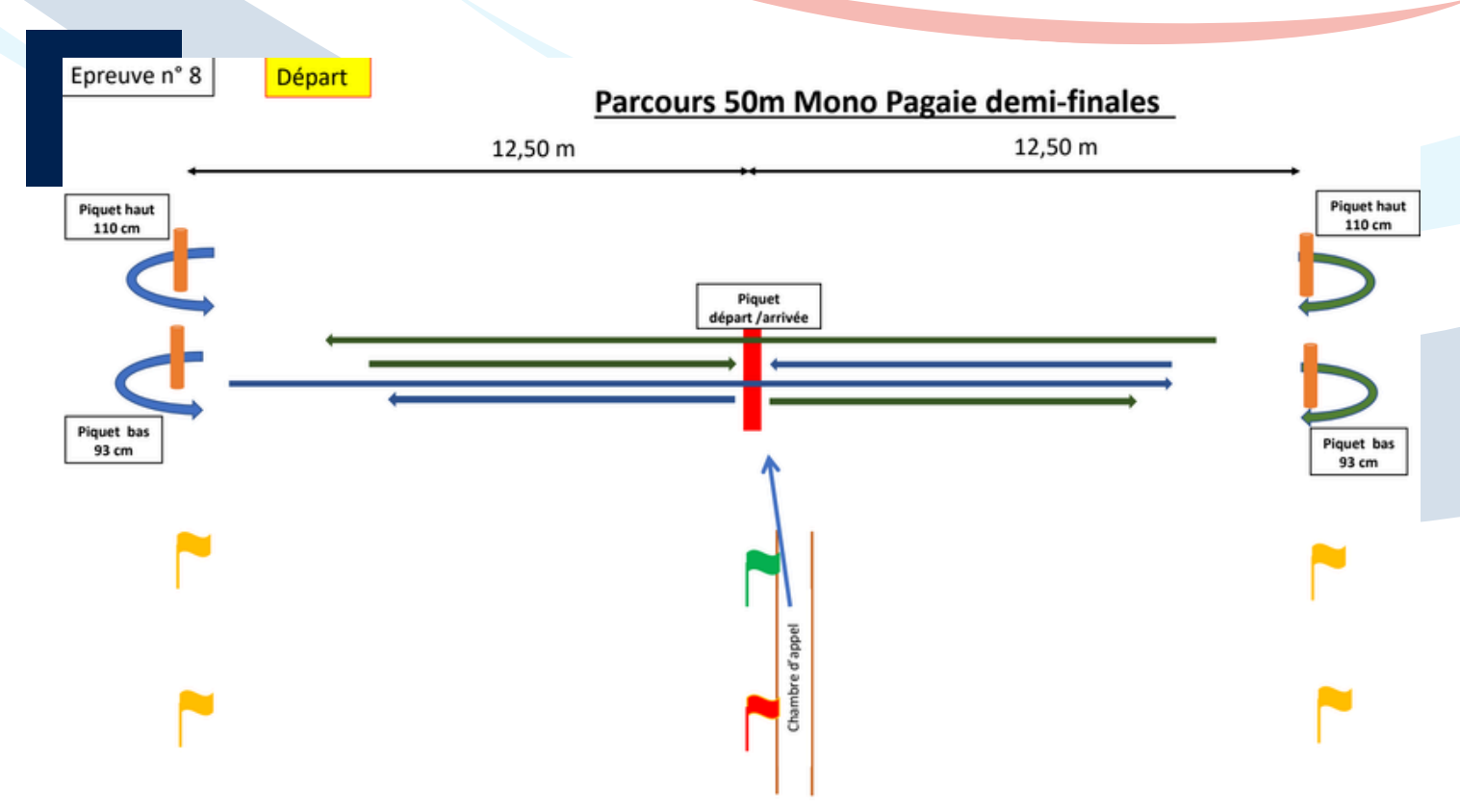
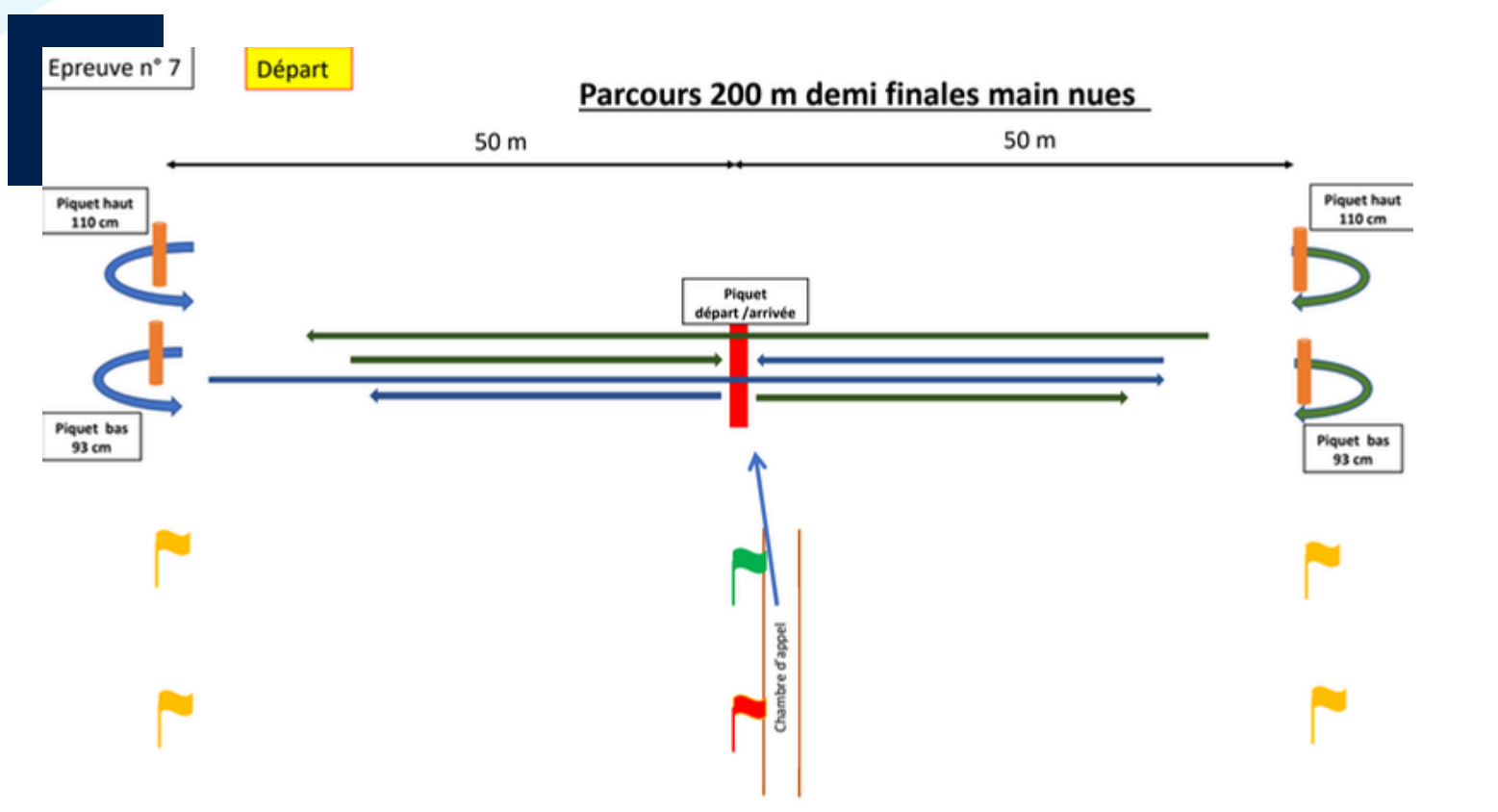
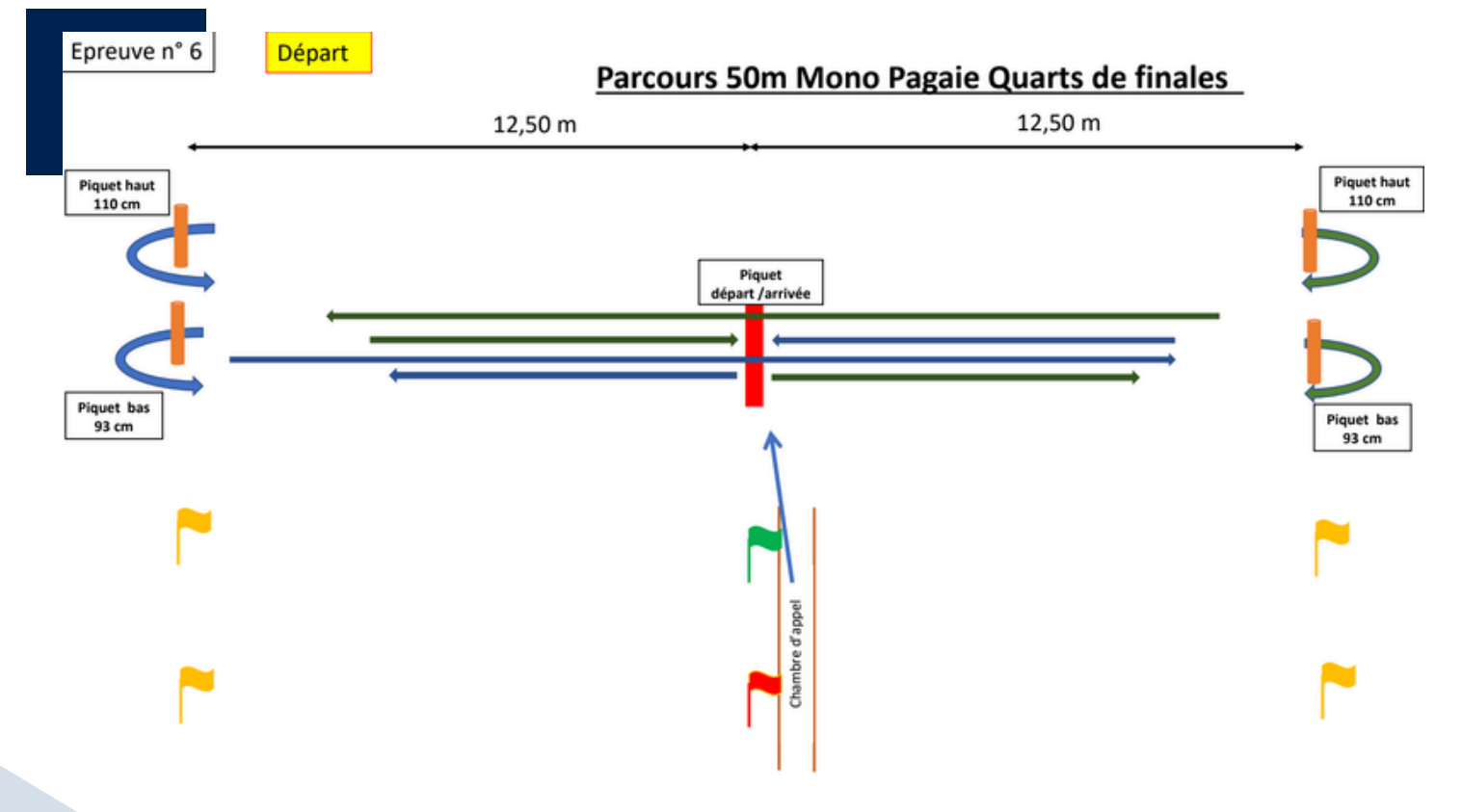
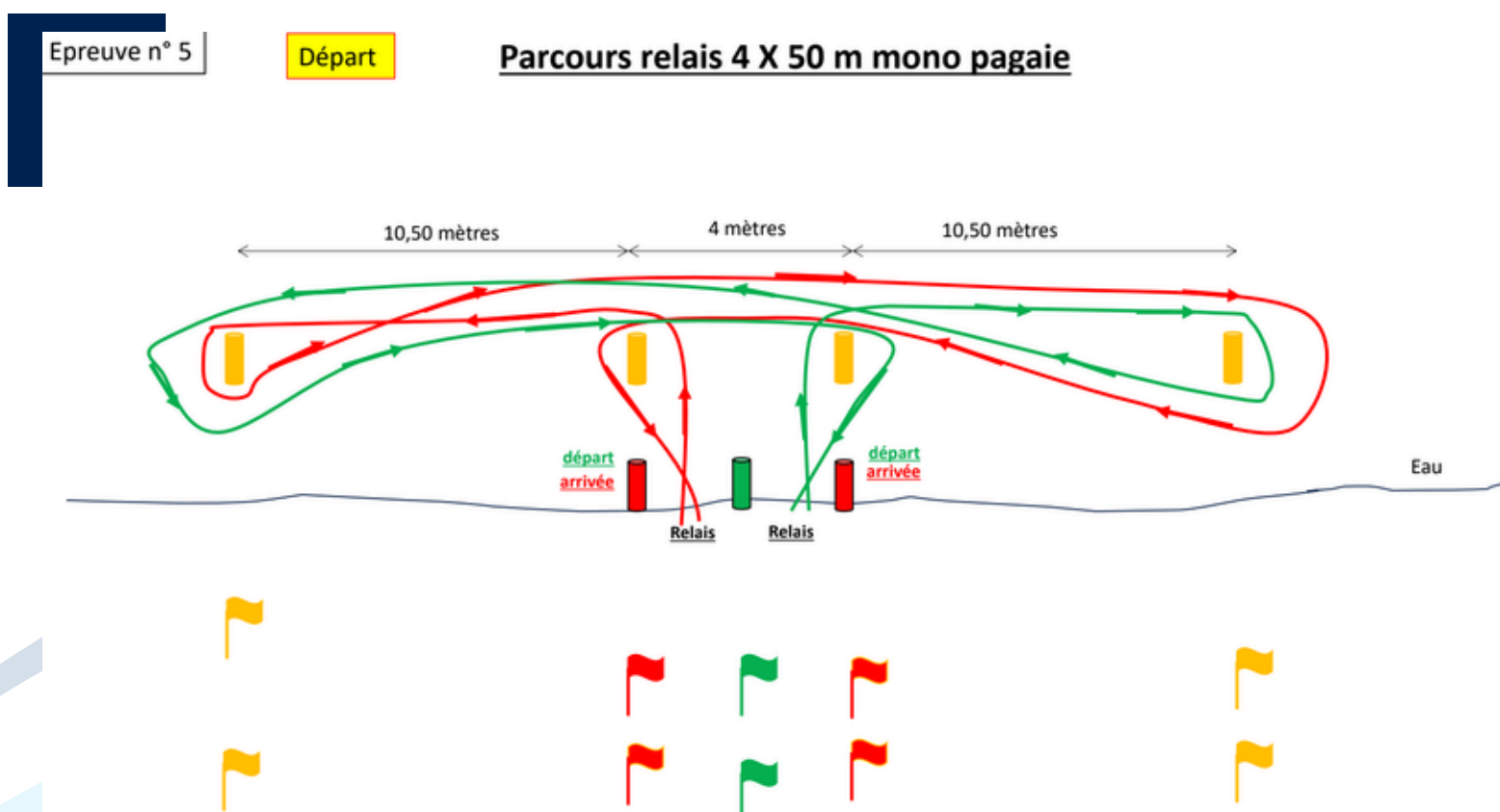
FFRANDONNÉE



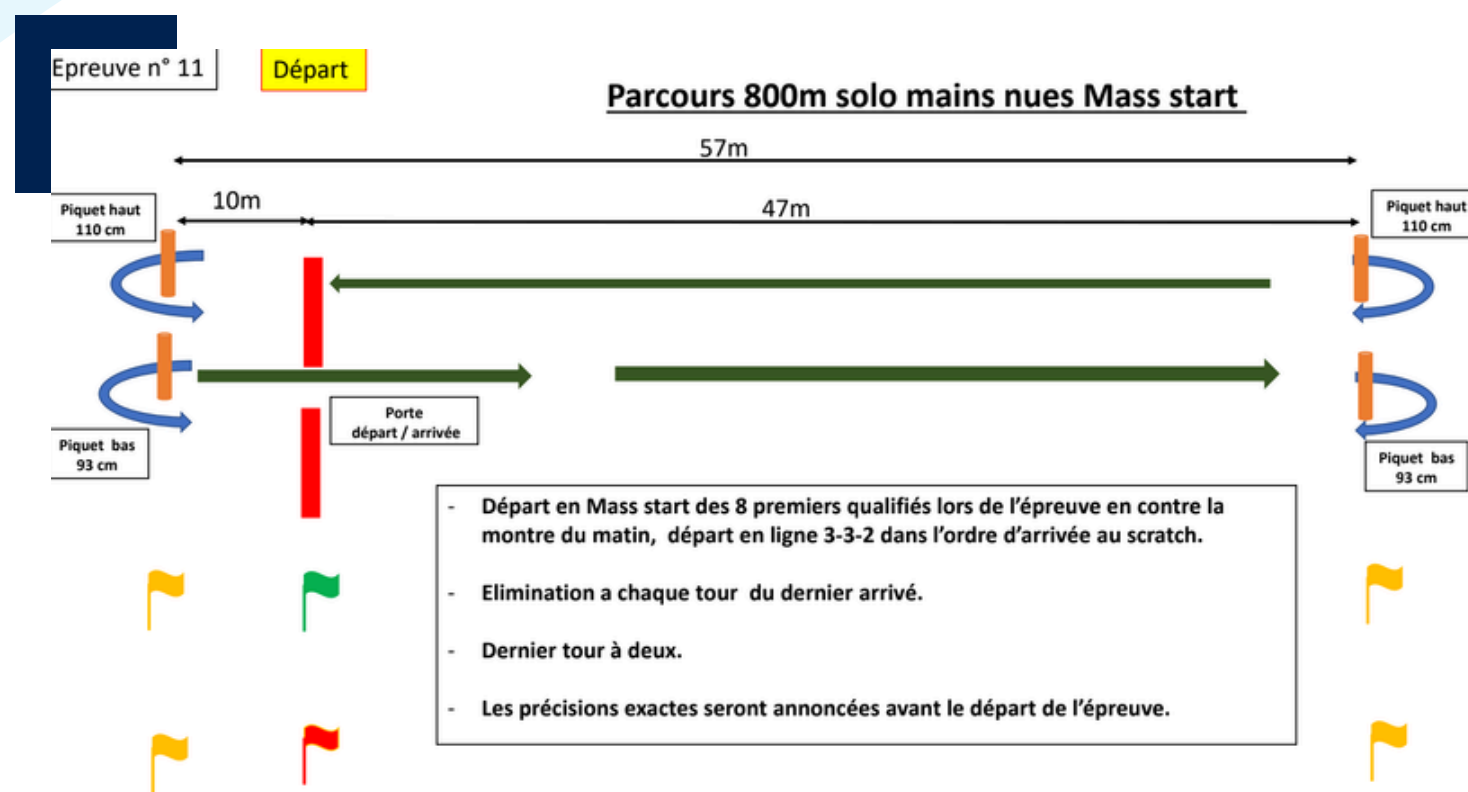
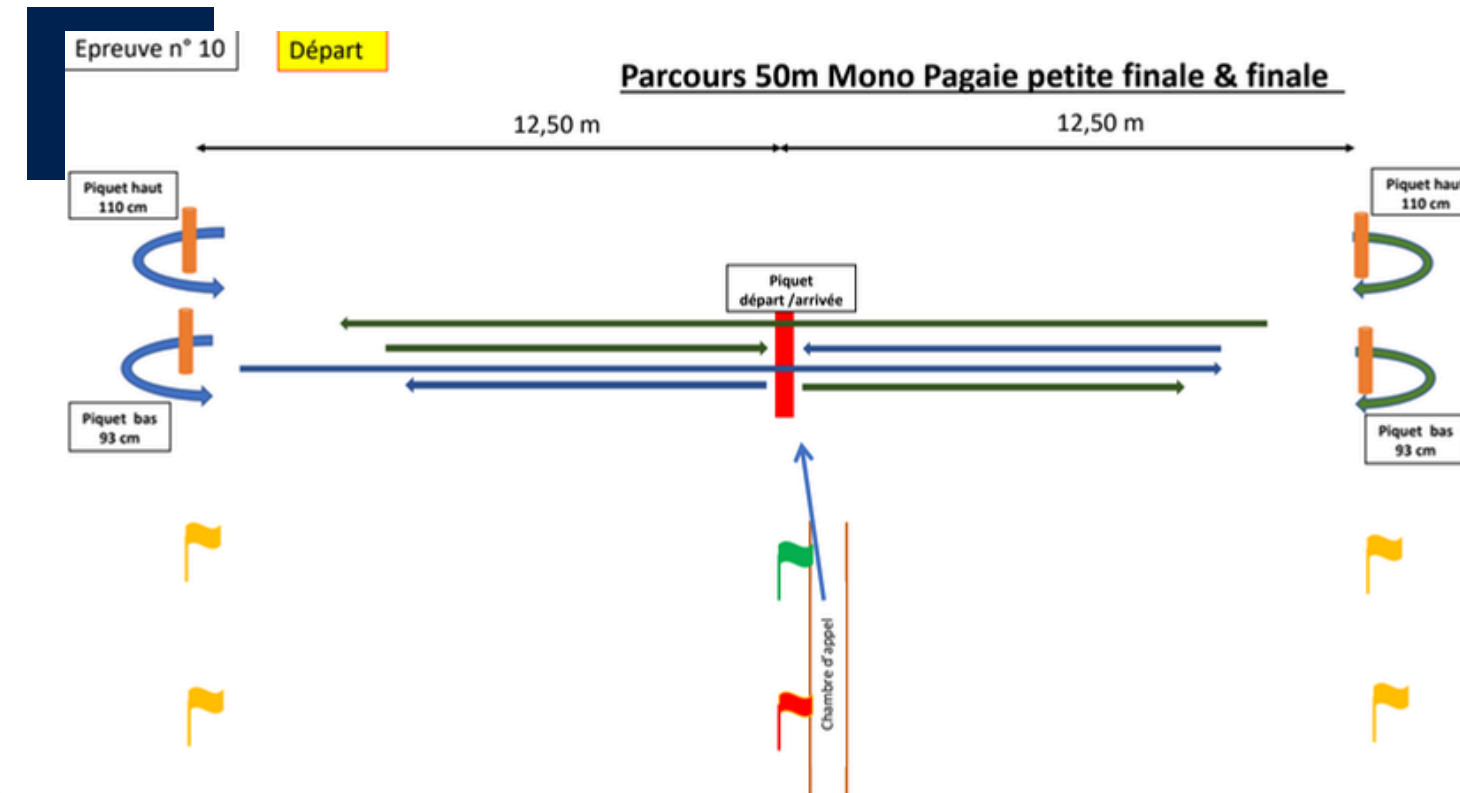
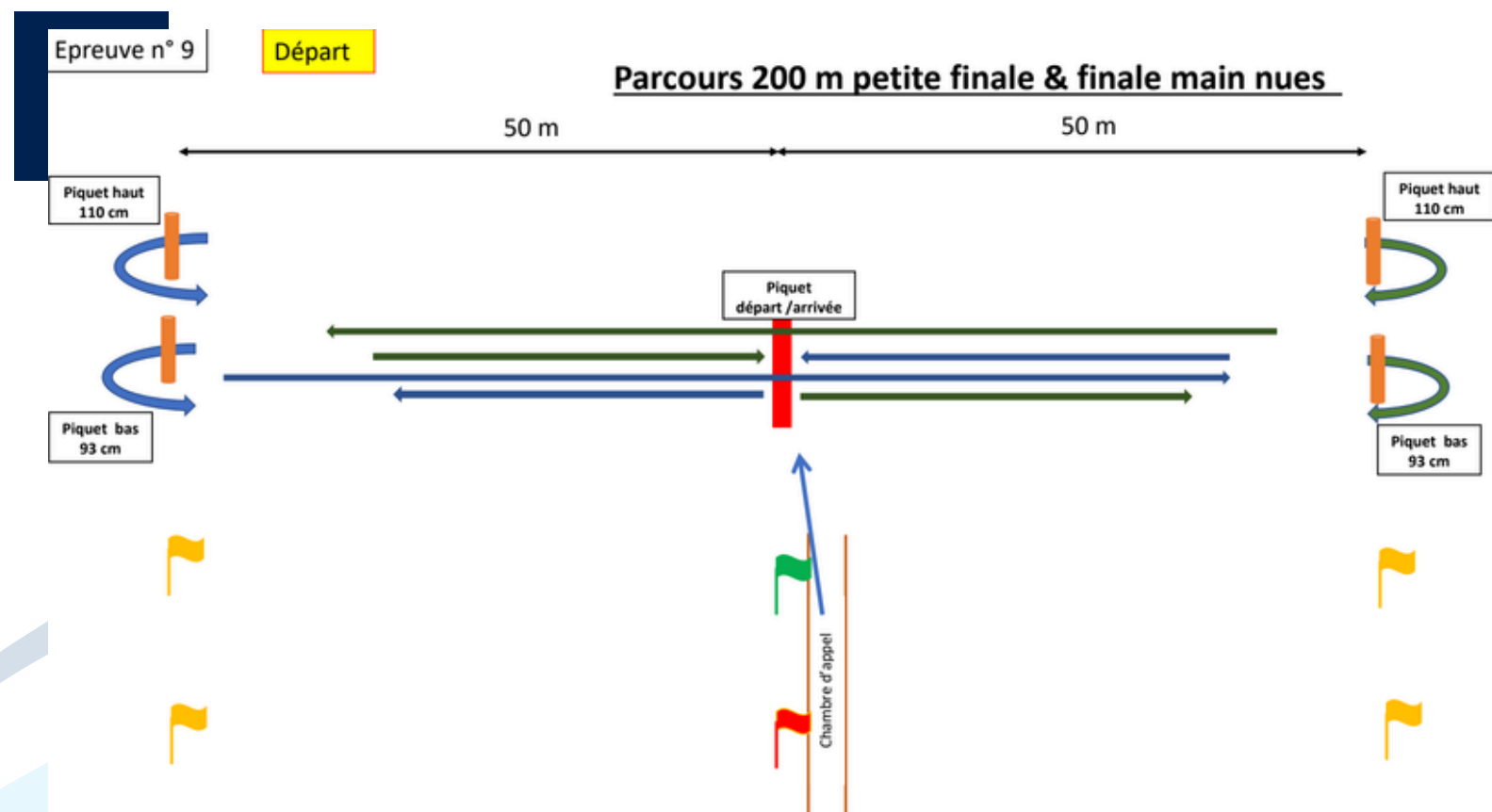
# PARCOURS



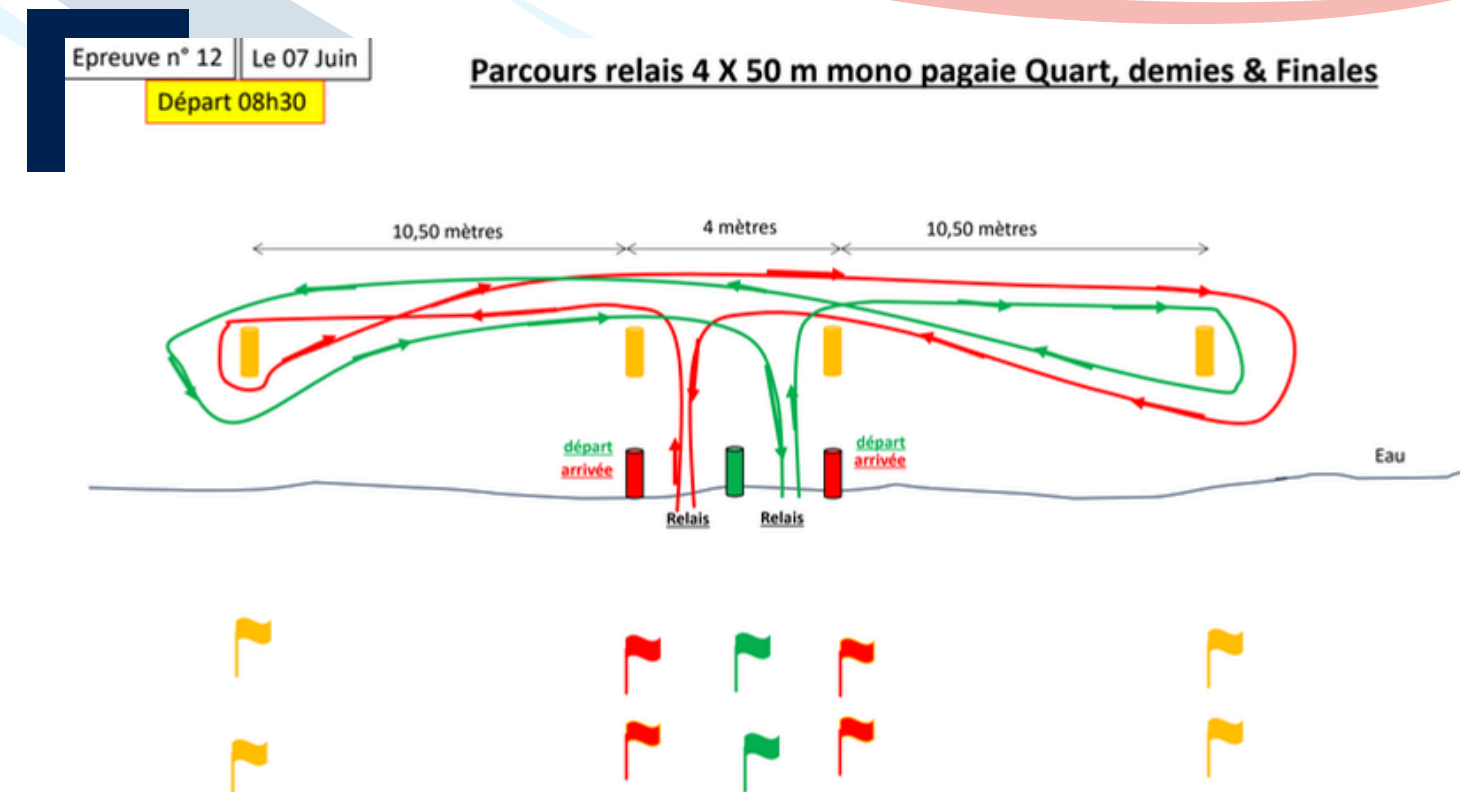
# PARCOURS



# PARCOURS

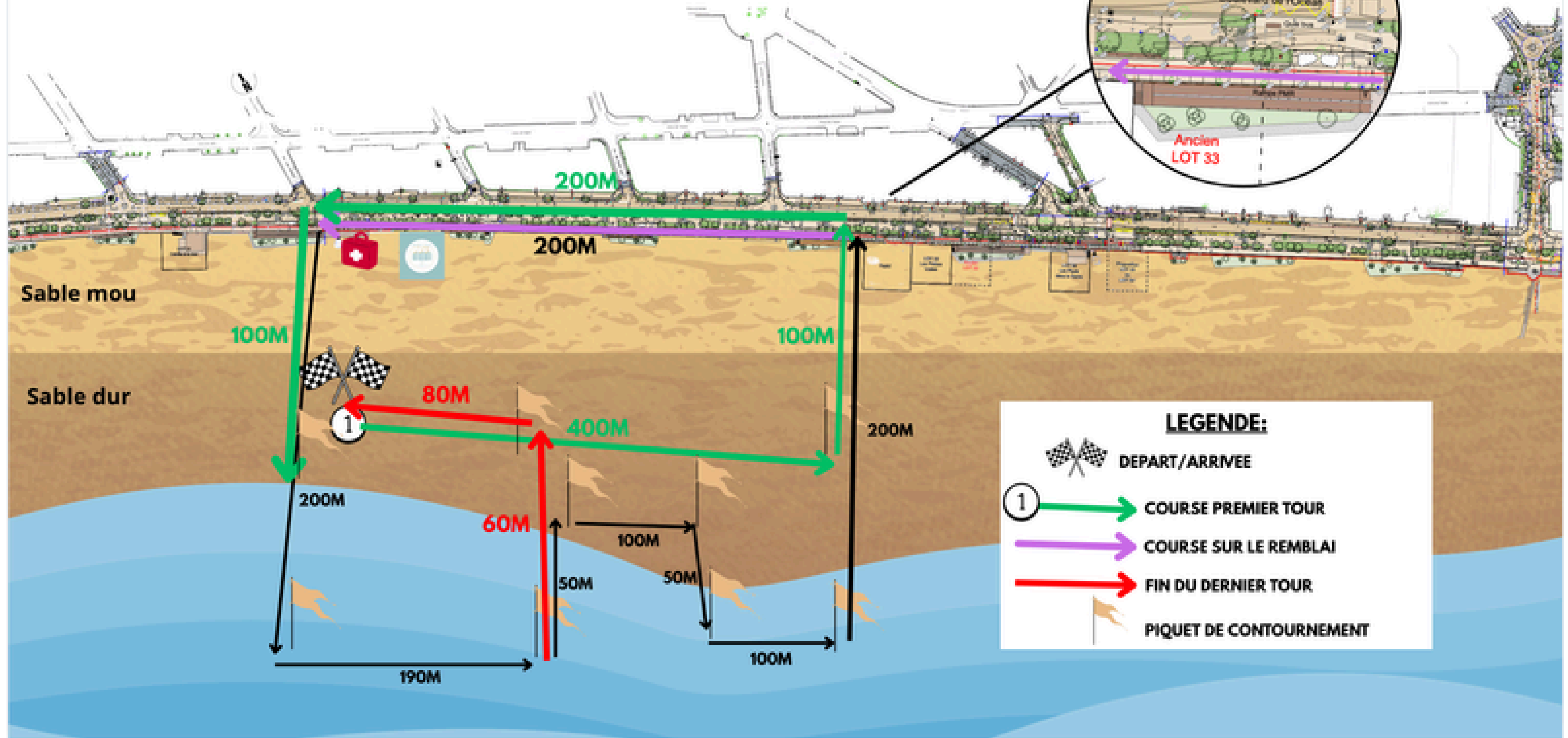


- Départ en Mass start des 8 premiers qualifiés lors de l'épreuve en contre la montre du matin, départ en ligne 3-3-2 dans l'ordre d'arrivée au scratch.
- Elimination a chaque tour du dernier arrivé.
- Dernier tour à deux.
- Les précisions exactes seront annoncées avant le départ de l'épreuve.



# PARCOURS DU TRAIL LONGE-COTE

DISTANCE TOTALE: 6640M



LONGECOTE\_CLUBDEFRANCE

FFRANDONNÉE

CHAMPIONNAT DE FRANCE DE LONGE CÔTE 2026 LA BAULE 17

# FICHE TECHNIQUE PARCOURS TRAIL LONGE-CÔTE:

## LOCALISATION DU DÉPART

LE DÉPART SERA DONNÉ SUR LA PLAGE DE LA BAULE, QUASIMENT FACE AU CLUB RENDEZ-VOUS À LA PLAGE, LÉGÈREMENT DÉCALÉ CÔTÉ LE POULIGUEN.

### PHASE 1 – DÉPART TRAIL (800 M COURSE À PIED)

LE DÉBUT DU TRAIL LONGE CÔTE SERA UNE PHASE DE COURSE À PIED DE 800 MÈTRES, REPRÉSENTÉE PAR LA FLÈCHE VERTE SUR LE SCHÉMA.

CETTE PORTION SE DÉCOMPOSE COMME SUIVIT :

- 400 M DE COURSE SUR SABLE DUR (DIRECTION LE POULIGUEN)
- 100 M DE REMONTÉE VERS LE REMBLAI
- 200 M DE COURSE SUR LE REMBLAI
- 100 M DE REDESCENTE VERS LA MER

**À L'ISSUE DE CETTE PHASE DÉBUTE LE PREMIER TOUR RÉEL DE TRAIL LONGE CÔTE**

### DESCRIPTION D'UN TOUR RÉEL TRAIL LONGE CÔTE

- 50 M ENTRÉE DANS L'EAU
- 190 M DE LONGE CÔTE
- 50 M SORTIE D'EAU
- 100 M COURSE SUR SABLE DUR
- 50 M ENTRÉE DANS L'EAU
- 100 M LONGE CÔTE

- 200 M SORTIE D'EAU ET REMONTÉE VERS LE REMBLAI
- 200 M COURSE SUR LE REMBLAI
- 200 M REDESCENTE VERS LA MER

**CETTE SÉQUENCE CONSTITUE 1 TOUR RÉEL COMPLET.**

APRÈS LA PHASE DÉPART TRAIL (800 M), LES CONCURRENTS EFFECTUERONT :

**5 TOURS RÉELS COMPLETS AU TOTAL.**

### PHASE FINALE – ARRIVÉE (FLÈCHE ROUGE SUR LE SCHÉMA)

À LA FIN DU DERNIER TOUR RÉEL :

LES CONCURRENTS EFFECTUERONT 190 M DE LONGE CÔTE (COMME POUR DÉBUTER UN NOUVEAU TOUR)

PUIS ILS SORTIRONT DÉFINITIVEMENT DE L'EAU SUR :

60 M SORTIE D'EAU

CONTOURNEMENT DU PIQUET DE CONTOURNEMENT

PUIS :

80 M COURSE SUR SABLE DUR JUSQU'À L'ARCHE D'ARRIVÉE



# VENDREDI 5 JUIN 2026

## LE TRAIL LONGE CÔTE DES COLLÈGES

**14h - 16h**

Trail des collèves

Parcours et 4 courses

- 6e & 5e
- 4e & 3e

**14h - 17h**

Remise des dossards

**18h: IMPORTANT NOUVEAUTE !!! CEREMONIE D'OUVERTURE DU CDF LC 2026**

- Réunion des compétiteurs
- Présentation et défilé des équipes présentes sur le CDF



# NOUVEAUTÉ !!! LA CÉRÉMONIE D'OUVERTURE

**Vendredi 5 juin 2026 – Espace Jean Gaillardon – La Baule**

À l'issue du Trail Longe Côte des Collèges, organisé sur le site du Championnat de France 2026, la **CEREMONIE D'OUVERTURE** débutera à 17h00 à l'Espace Jean Gaillardon à La Baule, **situé à environ 10 minutes du site de compétition.**

**Pour faciliter votre arrivée, nous vous conseillons d'indiquer sur votre GPS : « Parking des Floralies »,** où vous pourrez stationner à proximité de l'Espace Jean Gaillardon.

**L'ensemble des temps officiels (remise dossards + cérémonie d'ouverture) du vendredi se déroulera à l'Espace Jean Gaillardon, situé Place des Salines à La Baule.**

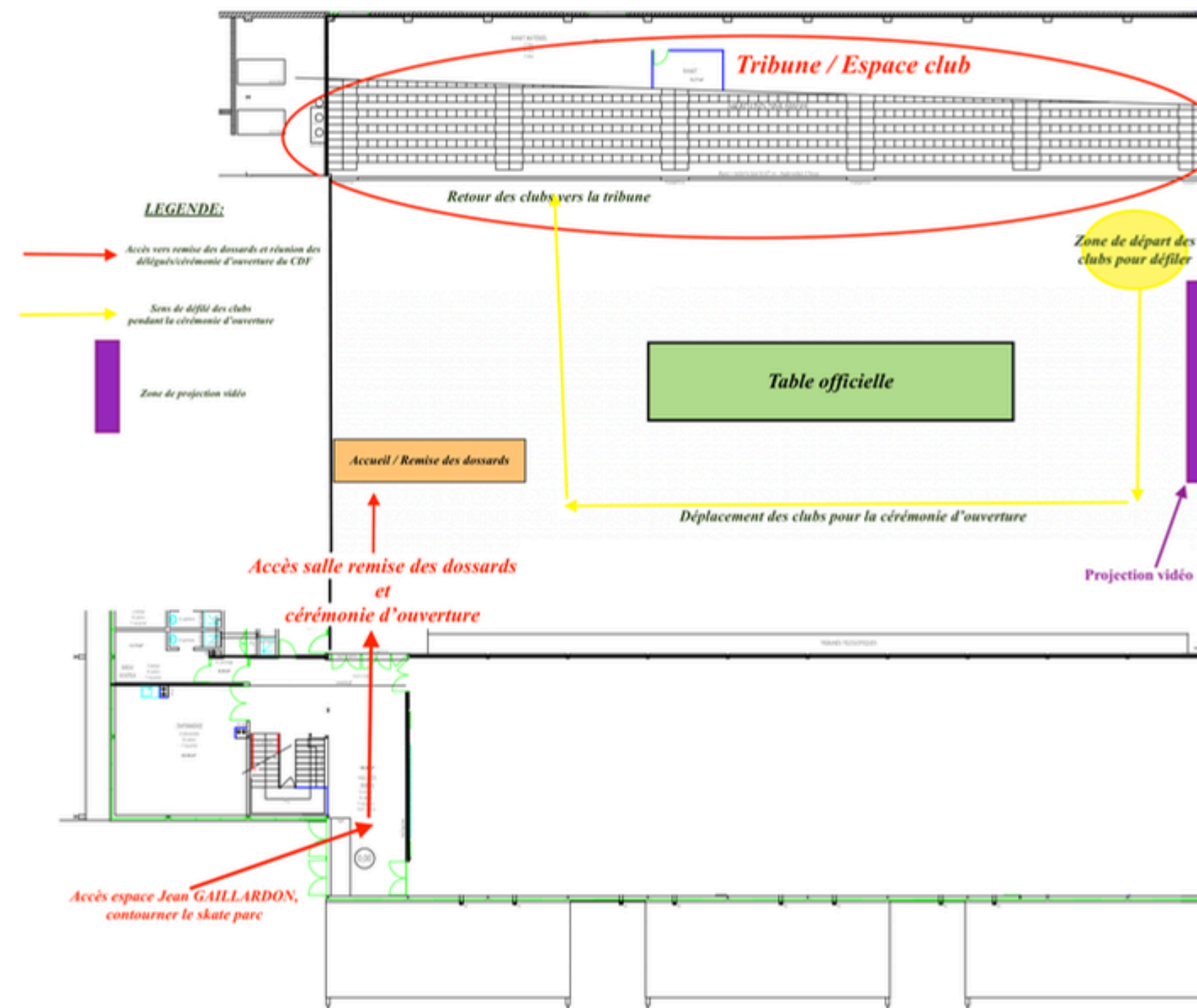
## Accès à la salle:

Pour accéder à l'Espace Jean Gaillardon :

- Contourner le skatepark
- Accéder à la salle par la petite porte située à l'arrière du skatepark

L'accès précis est indiqué sur le schéma ci-contre.

ESPACE SPORTIF JEAN GAILLARDON: VENDREDI 5 JUIIN 2026  
REMISE DES DOSSARDS, REUNION DES DELEGUES DE CLUB ET CEREMONIE D'OUVERTURE



## REMISE DES DOSSARDS 14H00/17H00

Grande salle espace Jean Gaillardon

L'espace retrait des dossards se situera à l'entrée de la Grande Salle de l'Espace Jean Gaillardon, salle dans laquelle se dérouleront la réunion des délégués et la cérémonie d'ouverture.

**Chaque référent club devra se présenter sur ce créneau afin de récupérer l'ensemble des dossards de ses compétiteurs**

## CÉRÉMONIE D'OUVERTURE OFFICIELLE 17H00

### LA REUNION DES COMPETITEURS:

Tous les compétiteurs auront accès aux tribunes (capacité supérieure à 500 places). Nous comptons sur un maximum de participants au CDF.

- Briefing FFRandonnée pour les délégués des clubs et les arbitres
- Mots d'accueil des organisateurs
- Présentation du programme, de l'organisation, des dispositifs d'épreuves et des informations pratiques
- Temps d'échanges avec les participants

### LE DEFILE DES CLUBS:

- Chaque région sera représentée
- Tous les membres des clubs participeront au défilé officiel

**Les membres des clubs défileront devant la tribune avec un panneau représentant leur club à la manière d'une cérémonie de JO**

**Prévoir un panneau, une banderole ou une flamme publicitaire de votre club**

**La présentation des différents clubs se fera par les arbitres régionaux**

# SAMEDI 6 JUIN 2026

## DEUX JOURS DE COMPÉTITION ET DE SPECTACLE SUR LA PLAGE DE LA BAULE !

### 07h30 – DEBUT DES CHAMPIONNATS DE FRANCE

- Accueil des délégations et des officiels
- Ouverture officielle par le Président de la FFRandonnée
- Photo de groupe officielle

### 07H45 – PRÉPARATION DES COMPÉTITEURS

- Briefing compétiteurs
- Échauffement collectif en musique puis échauffement sur le parcours (zone à libérer 5 minutes avant l'ouverture de la chambre d'appel)

### 08h25 – DÉBUT DES ÉPREUVES

- Ouverture de la chambre d'appel , Top départ :
  - 800 m mains nues
  - 200 m mains nues
  - 50 m solo pagaie simple
  - 400m binôme libre

### 13h00 – CÉRÉMONIE PROTOCOLAIRE

- Remise des médailles pour les épreuves du matin (par catégorie d'âge)

### PAUSE DÉJEUNER

### 14h25 – REPRISE DES COMPÉTITIONS

- Réouverture de la chambre d'appel
- 4x50 mixte pagaie simple
- Quarts de finale : 50 m solo pagaie simple
- Demi-finales : 200 m mains nues
- Demi-finales : 50 m solo pagaie simple
- Petites finales et finales : 200 m mains nues
- Finales combinées : 50 m solo pagaie / mains nues
- Finale "mass start" : 800 m mains nues

### 19H00 – CLÔTURE DE LA JOURNÉE

- Fin des épreuves
- Remise des médailles pour les épreuves de l'après-midi
- Résumé des résultats et interviews des athlètes

### 19H30 – SOIREE FESTIVE DU CDF A LA SALLE DES FLORALIES



# SOIRÉE FESTIVE A LA SALLE DES FLORALIES A LA BAULE

## Un moment fort du week-end

Entre les deux journées de compétition, le LONGE COTE CLUB DE FRANCE vous invite à LA soirée conviviale et festive, pensée pour rassembler compétiteurs, accompagnateurs, bénévoles et partenaires dans une ambiance festive garantie !

### Au programme:

- Animation & ambiance festive
- Moment de partage entre clubs et délégations
- Soirée accessible à tous (compétiteurs & accompagnants)

### Deux formules de repas au choix :

- Cuisine conviviale et gourmande (PAELLA)

OU

- Repas "spécial compétiteur" (PASTA PARTY)

Menu adapté aux athlètes engagés le dimanche matin

FAITES VOTRE CHOIX LORS DE VOTRE INSCRIPTION SUR WEEZEVENT

### Choix du repas lors de l'inscription

Lien d'inscription: <https://my.weezevent.com/soiree-festive-cdf-longe-cote-2026-la-baule>

**Date limite d'inscription à la soirée festive: 15 Mai 2026**

39€

### Ce tarif comprend:

- Le cocktail de bienvenue
- Le repas festif ou sportif
- Dessert
- ¼ de vin par personne
- Café
- La participation à la tombola

### L'esprit CDF , un temps fort pour :

- célébrer le long-côte,
- échanger entre passionnés,
- vivre pleinement l'expérience du Championnat de France 2026 à La Baule.

S'INSCRIRE



# **PANIER REPAS SAMEDI MIDI**

## **CDF LONGE CÔTE 2026 A LA BAULE**

**Pour faciliter votre organisation** pendant le Championnat de France de Longe Côte 2026 à La Baule, nous vous proposons un **panier repas pratique, équilibré et livré directement sur le site de l'événement.**

**TARIF** : 15 €

### **COMPOSITION DU PANIER :**

- SALADE COMPOSÉE « LÉGÈRE »
  - DESSERT
- BOUTEILLE D'EAU

### **LIVRAISON :**

DIRECTEMENT SUR LE LIEU DU CHAMPIONNAT

QUANTITÉS LIMITÉES – RÉSERVATION OBLIGATOIRE

### **RÉSERVEZ VOTRE PANIER REPAS ICI :**

[HTTPS://MY.WEEZEVENT.COM/PANIER-REPAS-DEJEUNER-CDF-LONGE-COTE-SAMEDI-6-JUIN](https://my.weezevent.com/panier-repas-dejeuner-cdf-longe-cote-samedi-6-juin)



LONGECOTE\_CLUBDEFRANCE



FFRANDONNÉE

CHAMPIONNAT DE FRANCE DE LONGE CÔTE 2026 LA BAULE

24

# DIMANCHE 7 JUIN 2026

## LES MEILLEURS LONGEURS DE FRANCE SERONT PRÉSENTS

### 07H45 – PRÉPARATION DE LA JOURNÉE

- Briefing compétiteurs
- Échauffement des compétiteurs (l'échauffement peut se faire sur le parcours zone à libérer 5 minutes avant l'ouverture de la chambre d'appel)

### 08h25 – DÉBUT DES ÉPREUVES

- ÉPREUVES RELAIS – 4x50 m MIXTE PAGAIE SIMPLE
- Top départ : Quarts de finale 4x50 m mixte pagaie simple
- Top départ : Demi-finales 4x50 m mixte pagaie simple
- Top départ : Petite finale 4x50 m mixte pagaie simple
- Top départ : Finale 4x50 m mixte pagaie simple

### 10h30 – ÉPREUVE DE TRAIL LONGE-CÔTE

- Départ de l'épreuve du Trail longe-côte (alternance de course à pied et Longe-Côte)

### 13h00 – CÉRÉMONIE PROTOCOLAIRE

- Remise des médailles pour les épreuves du matin
- Remise des trophées des Clubs
- Photo officielle de clôture du Championnat

# JURY ET ARBITRAGE

## MEMBRES DU JURY:

**Arbitre National :** Alain LEVEQUE

**Membre de la Direction Technique Nationale FFRandonnée :** Matthieu Boher

**Représentant élu de la FFRandonnée :** Bernard CHENEAU FFRandonnée Pays de la Loire

**2 représentants mixtes des compétiteurs tirés au sort Le jury d'épreuve est habilité à statuer sur tous les litiges survenus ou disqualifications. Ses décisions sont sans appel.**

## Membres du comité d'éthique :

**Délégué anti-dopage :** Jean-François BRANGER **Représentant de la commission nationale des Rencontres Sportives :** Jean-François SOLAS

**Représentant de la commission nationale Juges et Arbitres :** Maryse BRAUGE

**Directeur Technique National :** Richard CARLON

**Le comité d'équité est habilité à statuer sur tous les litiges ne pouvant être soldés dans un délai compatible avec les impératifs de l'épreuve. Il est sollicité par le jury d'épreuve**

## L'équipe arbitrale:

**Arbitre National :** Alain LEVEQUE **Arbitre National Adjoint :** Maryse BRAUGE

**Arbitre Régionaux :** Hauts de France – Normandie – Bretagne - Pays de la Loire – Nouvelle-Aquitaine – Occitanie – PACA - Martinique et Guadeloupe

**Directeur de Course :** Claude Rogier

**Directeur de Course Adjoint :** Romain Leray **PC Course :** Matthieu Boher et

Représentants SportIDENT **Chronométrage électronique :** société SportIDENT

## INFORMATIONS TECHNIQUES

### Le PC course

Son entrée est strictement réservée aux membres du jury, aux arbitres, au directeur de course et à l'équipe de chronométrage électronique.

### Entraînement

Les compétiteurs auront accès aux parcours de course jusqu'à 5 minutes avant l'ouverture de la chambre d'appel.

### Récupération

La zone de récupération sera ouverte jusqu'à 30 min après la dernière arrivée.

### Épreuves

Chaque concurrent devra se présenter 5 minutes avant son horaire de départ dans la chambre d'appel. Les zones de compétition sont formellement interdites aux compétiteurs non-engagés sur l'épreuve en cours ainsi qu'à tout accompagnant, pour ne pas gêner l'épreuve.

### Identification des concurrents

Chaque concurrent devra porter un dossard. Les dossards seront distribués aux délégués de club le vendredi 5 juin de 14h à 17h. Chaque compétiteur ou chaque équipe sera muni d'une seule puce électronique.

Pour chaque club, il sera demandé un chèque de caution (à l'ordre de FFRandonnée) de 60 € par puce ou 500€ pour 8 puces et plus. Toute perte ou détérioration de puce sera facturée 60 € par puce au club.

Elles seront restituées par les référents clubs **sur la terrasse du club "RENDEZ-VOUS A LA PLAGES"** à l'issue de la compétition, après retour et vérification de l'ensemble du matériel. Aucune puce ne sera remise aux clubs sans chèque de caution.



## CHRONOMÉTRAGE

Chaque compétiteur des épreuves solo et capitaine d'équipe pour les épreuves binôme seront équipés de puces qui fonctionneront de manière automatique au passage à moins de 50cm de la borne. (Prestataire : SportIDENT).

### Engagement aux épreuves

L'inscription est de 30€

+5€ par épreuve

GRATUIT -18 ans

### Espace clubs

Un emplacement par région sera identifié sur la page.

### Lutte contre le dopage

Le principe fondamental de responsabilité objective implique, de la part d'un sportif et quel que soit son niveau, une vigilance accrue vis-à-vis de sa pratique sportive et en particulier en matière de lutte contre le dopage.

### Si vous êtes soumis à un contrôle antidopage :

Vous avez des **droits** : récupération post compétition, assister aux cérémonies protocolaires.

Et des **responsabilités** : Dès réception de la notification individuelle, le sportif :

- Doit se présenter **immédiatement** au contrôle
- Demeurer **en permanence** en présence de la personne chargée du contrôle ou de l'escorte, de la notification à la fin de la procédure de prélèvement de l'échantillon (urine)
- Présenter une **pièce d'identité** officielle
- Se conformer aux **procédures** de prélèvement (tout manquement pourrait constituer une violation des règles antidopage.)

### Pour aider le sportif à prévenir toute situation ou comportement à risque, l'Agence Française de Lutte contre le Dopage (AFLD) préconise certaines recommandations :

- Informer son médecin de sa pratique sportive (discipline, niveau) lors de toute visite donnant lieu à une prescription médicale et ne pas hésiter à lui demander conseil en cas d'automédication.
- Être vigilant lors de l'achat de compléments alimentaires et de produits diététiques de l'effort, notamment sur Internet
- Vous pouvez consulter le décret n°2022-1583 du 16 décembre 2022 qui transpose en droit français la liste des substances et méthodes interdites 2025 sur l'URL : <https://www.aflld.fr/la-lutte-antidopage/les-regles-antidopage/la-liste-des-substances-et-methodes-interdites/>

Se tenir informé, auprès de la FFRandonnée, de l'AFLD ou de tout autre organisme, de la réglementation antidopage en vigueur et de ses éventuelles modifications <https://www.aflld.fr/> Ne pas confondre ordonnance et autorisation d'usage à des fins thérapeutiques :

- La seule présentation d'un certificat médical et d'une ordonnance ne suffiront pas pour exonérer le sportif de sa responsabilité et lui éviter une sanction.
- Seule une autorisation d'usage à des fins thérapeutiques (AUT), qu'elle soit rétroactive ou non, permettra au sportif de ne pas être sanctionné.
- Pour plus d'information sur les autorisations d'usage à des fins thérapeutiques consultez le site web de l'AFLD [www.aflld.fr/aut](http://www.aflld.fr/aut)

**Clôture des inscriptions le 24 mai 2026 !**



LONGECOTE\_CLUBDEFrance



FFRANDONNÉE

CHAMPIONNAT DE FRANCE DE LONGE CÔTE 2026 LA BAULE

# RÈGLEMENTATION .

Chaque compétiteur des épreuves solo et capitaine d'équipe pour les épreuves binôme seront équipés de puces qui fonctionneront de manière automatique au passage à moins de 50cm de la borne . (Prestataire : SportIDENT).

<https://www.ffrandonnee.fr/Media/Default/Documents/disciplines/Memento-federal-octobre-2025-organiser.pdf>



LONGECOTE\_CLUBDEFRANCE



FFRANDONNÉE

# L'APRÈS COURSE

## Résultats

Les résultats seront affichés après chaque épreuve sur le panneau d'affichage prévu à cet effet ou communiqués aux seuls délégués de clubs.

## Réclamations

Chaque délégué de club bénéficiera de 30 minutes après la communication des résultats pour porter réclamation, en utilisant le formulaire prévu à cet effet (Cf annexe 1 du dossier). Il devra être apporté au PC course. Cette réclamation sera examinée par le jury d'épreuve et recevra une réponse. En cas de litige ne pouvant être résolu avant proclamation des résultats, le comité d'équité sera sollicité et une réponse écrite sera faite au Délégué.

## Service de secours

Un dispositif de secours sera présent sur le site de la compétition pendant toute la durée des épreuves: l'association SESCOB.

# LE DÉVELOPPEMENT DURABLE

## Une rencontre éco-responsable

Préservons ensemble la biodiversité et limitons notre impact carbone ! Incitation aux mobilités douces, tri des déchets, achats locaux, bio et utile, réduction du plastique à usage unique, actions de sensibilisation, dématérialisation des documents : autant d'actions mis en place lors de ce Championnat de France de Longe Côte !

La FFRandonnée est, en effet, signataire depuis 2018 de la charte éco-responsable élaborée avec le ministère des Sports et WWF, impliquant la mise en place et le suivi de mesures concrètes lors de ses événements sportifs, dont le Championnat de France de Longe Côte, afin de maîtriser leur impact sur la biodiversité et réduire son empreinte carbone !

Par la mobilisation du public et l'engouement qu'il suscite, le Championnat de France de Longe Côte représente une vitrine pour la Fédération et un élément fédérateur pour sensibiliser et mobiliser un maximum de personnes autour de cet enjeu majeur !

Conscients de notre responsabilité et de notre impact sur l'environnement, les organisateurs s'inscrivent dans cette dynamique en s'engageant pour atteindre progressivement les 15 objectifs de la charte éco responsable, sur l'ensemble des phases de montage, de déroulement et de démontage de l'événement.



# PROTECTION DES DONNÉES ET DROIT À L'IMAGE

## **Droit à l'image et respect de la vie privée**

Par leur inscription, les participants autorisent les organisateurs, ainsi que les tiers participants au bon déroulement de la manifestation sportive tels que les partenaires et les médias, à utiliser les images fixes ou audio-visuelles sur lesquelles ils pourraient apparaître, prises à l'occasion de la manifestation sportive, sur tout support y compris pour les projections éventuelles.

## **Conditions générales d'utilisation de vos données personnelles**

Les informations recueillies sur le formulaire d'inscription sont enregistrées dans un fichier informatisé appartenant à la Fédération Française de la Randonnée Pédestre (ci-après désignée la « FFRandonnée »), association régie par la loi du 1er juillet 1901 et située au 23 Rue Raspail, 94200 Ivry-sur-Seine, qui agit en qualité de responsable de traitement. La base légale du traitement est l'intérêt légitime de la FFRandonnée pour la collecte et l'utilisation de vos données dans le cadre de l'organisation du Championnat de France de Longe Côte du 6 au 7 Juin 2026, et notamment pour la gestion des inscriptions, l'analyse et la communication des résultats ... (liste non exhaustive).

Pour votre information, les destinataires du traitement de vos données sont la FFRandonnée, l'administrateur des inscriptions et les arbitres et chronométreurs du Championnat.

Les données sont traitées et conservées sur le territoire de l'Union Européenne au maximum 4 ans après la date du Championnat de France de Longe Côte 2026, puis seront anonymisées.

Dans le cadre du traitement de vos données personnelles, vous avez un droit d'accès, de rectification, d'effacement et de limitation de vos données. Vous avez la possibilité de retirer à tout moment votre consentement au traitement de vos données. Vous pouvez également vous opposer au traitement de vos données et exercer votre droit à la portabilité de vos données.

Pour exercer ces droits, vous pouvez contacter la FFRandonnée à l'adresse mail suivante : [donneespersonnelles@ffrandonnee.fr](mailto:donneespersonnelles@ffrandonnee.fr), ou par courrier à : Fédération Française de la Randonnée Pédestre – Service MSI – 23 Rue Raspail, 94200 Ivry-sur-Seine

Si vous estimez, après nous avoir contactés, que vos droits « Informatique et Libertés » ne sont pas respectés, vous pouvez adresser une réclamation à la CNIL. Consultez le site [www.cnil.fr](http://www.cnil.fr) pour plus d'informations.



# ANNEXES

## ANNEXE 1 : FORMULAIRE DE RÉCLAMATION

Épreuve	Équipe ou solo concerné

Réponse :

Motif de la Réclamation :

.....  
.....  
.....  
.....

Délégué : Nom, Coordonnées et visa :

.....  
.....  
.....  
.....



## ANNEXE 2 : FICHE D'ENGAGEMENTS DES REMPLAÇANTS

Région:

.....

Club :

.....

Épreuve concernée :

.....

Équipe concernée : (n° de dossard et catégorie) :

.....

Motif:

.....

.....

.....

Nom /prénom / n° de licence du compétiteur remplacé :

Nom /prénom / Date de naissance et n° de licence du Remplaçant :

Nom et visa du délégué :

**À remettre au PC course 1 heure avant le départ de l'épreuve concernée.**

Cette demande doit être accompagnée du dossard du compétiteur remplacé, de la licence du remplaçant et de son certificat médical. Si le compétiteur remplacé participe à d'autres épreuves les dossards des épreuves correspondantes doivent être remis avec la demande de remplacement. En cas d'infraction à cette règle le club s'expose à être disqualifié de la compétition visée.

**Rappel : le remplaçant ne doit pas faire changer la catégorie de l'équipe qu'il intègre.**



**LE LONGE CÔTE CLUB DE FRANCE EST RAVI DE VOUS ACCUEILLIR À LA  
BAULE POUR CES 11EMES CHAMPIONNATS DE FRANCE DE LONGE CÔTE**

