

LONG
CÔTE

LAC DE CARCANS
MAUBUISSON
GIRONDE (33)



DOSSIER COMPÉTITEUR

CHAMPIONNAT ZONE OUEST 26 & 27 AVRIL 2025

EN SAVOIR PLUS SUR LE LONGE CÔTE ?
D'INFOS SUR [RANDONNEENNOUVELLEAQUITAINE.FR](https://www.randonneenouvelleaquitaine.fr)



PHOTOS ORIGINALES @EVABLEUE



SOMMAIRE

DOSSIER COMPÉTITEUR

LES ÉDITOS

PAGE 5 - 8

CARCANS-MAUBUISSON

FFRANDONNÉE NOUVELLE-AQUITAINE

FFRANDONNÉE GIRONDE

LONGE-CÔTE LCF CLUB

VENIR À CARCANS-MAUBUISSON

PAGE 9

HÉBERGEMENTS

PAGE 10

OFFICE DU TOURISME

PAGE 11

LES PARTENAIRES

PAGE 12

INFOS TOURISTIQUES

PAGE 13 -14

LA SYNTHÈSE DES RÈGLES

PAGE 15 - 20

PLANS

PAGE 21-23

VILLAGE

PARCOURS

PROGRAMME

PAGE 22-23

JURY, ARBITRE ET PC COURSE

PAGE 24

INFORMATIONS TECHNIQUES

PAGE 25-26

APRÈS COURSE

PAGE 27

UNE MANIFESTATION ÉCO-RESPONSABLE

PAGE 26

ANNEXES

PAGE 27-28

CARCANS-MAUBUISSON



C'est avec fierté et honneur que nous avons appris que la Fédération avait choisi notre commune pour ce championnat de France de Longe Côte.

Notre site se prête particulièrement bien à l'organisation de ce genre d'événement sportif et l'ensemble des élus et des services communaux qu'ils soient techniques, d'animation ou de police municipale sont à chaque fois, prêts pour se mobiliser et faire en sorte que tout se passe au mieux.

Bien entendu, les commerçants présents sur notre station seront aussi disposés à réserver le meilleur

accueil aux compétiteurs et accompagnateurs.

Au nom de la Commune, je vous souhaite la bienvenue à Carcans-Maubuisson et vous encourage à donner le meilleur de vous-même lors des compétitions, mais aussi à découvrir notre territoire, ses paysages et son bien vivre.

J'adresse aussi mes plus vifs remerciements aux instances des Fédérations Française et de Gironde et les assure du soutien sans réserve de la ville.

Belle compétition à tous !



Patrick Meiffren

MAIRE DE CARCANS-MAUBUISSON

FFRANDONNÉE NOUVELLE-AQUITAINE



Le comité régional de la randonnée Nouvelle Aquitaine organise pour la troisième fois sur le site de Carcans Maubuisson un championnat de longe côte. Je veux remercier toutes les équipes mobilisées (bénévoles, salariées, dirigeants) en faveur de ce championnat inter zone. Un premier championnat régional en 2021, puis le championnat de France en 2023.

Cette compétition rassemble les compétiteurs des 3 régions du grand ouest Bretagne, Pays de la Loire, Val de Loire et Nouvelle Aquitaine, qualifiés récemment lors de leur championnat régional respectif dans un esprit de volonté de gagner pour accéder à la finale, le championnat de France qui se tiendra à Sète les 7 et 8 juin 2025.

Elle se déroulera sur deux jours. Le premier jour destiné à offrir l'ensemble des courses qualificatives pour des compétiteurs exigeants, Des épreuves en solo sur les 800m, 200 m et 50m mono pagaie, en duo pour le 400 m et un relais par équipe de 4 pour le 50m mono pagaie. Le deuxième jour inclus désormais un trail liant course ou allure libre sur la terre et longe côte. Un défi supplémentaire à relever. Cette discipline fait partie des épreuves qualificatives.

Les équipes s'élanceront sous l'œil avisé d'arbitres formés par notre fédération et venant de l'ensemble du territoire grand Ouest. Maryse Brauge, présidente nationale de la commission des juges et arbitres et l'arbitre national adjoint Alain Lévêque superviseront l'ensemble de cette compétition.

Doté d'une expérience riche, le club de Lège Cap ferret est le co organisateur avec le comité de Gironde et de la Nouvelle Aquitaine. Laissons place désormais à une compétition riche en records et autres performances.



Philippe Vallée

PRÉSIDENT FFRANDONNÉE
NOUVELLE-AQUITAINE



FFRANDONNÉE GIRONDE

L'équipe fédération Française GIRONDE et ses licenciés sont heureux de recevoir la 3ème édition CZO longe côte sur son département.

Sur ce territoire médocain, l'eau est une composante majeure c'est donc tout naturellement que Carcans Maubuisson site du Parc Naturel Régional accueille les participants prêts à relever le défi sportif dans un cadre naturel exceptionnel.

Pour la première fois se déroulera l'épreuve trail longe côte sélective dans cet espace sauvage et préservé entre lac dune et forêt signifiant d'une belle évolution dans nos pratiques.

Nouvellement élue présidente de ce département je suis ravie d'être témoin de cette évolution permettant

d'ouvrir le champ des possibles dans les pratiques.

C'est donc deux belles journées prometteuses riches d'expérience et d'échanges qui s'offrent à nous tous, compétiteurs et organisateurs.

Félicitations à ces équipes organisatrices bien en place, le club longe côte Cap Ferret ainsi qu'un partenariat communal efficace.

Je vous souhaite le meilleur pour ce moment sportif

Dominique BOUVOT

PRÉSIDENTE FFRANDONNÉE-GIRONDE



LONGE-CÔTE LCF CLUB

Après avoir organisé en 2021, le premier Championnat Régional en milieu lacustre, puis en 2023 le Championnat de France de Longe Côte, nous sommes particulièrement heureux de vous accueillir une troisième fois à Carcans Maubuisson pour le championnat de Zone Ouest.

La participation à diverses manifestations fédérales, régionales, départementales, et locales ont permis à notre association d'acquérir la pratique dans la mise en place, grâce, au grand nombre d'adhérents du club actifs en différents postes de bénévoles tout au long des épreuves sportives mais également pour les tâches logistiques, d'accueil et d'intendance.

Avec le Comité Régional de Randonnée Pédestre de Nouvelle-Aquitaine et le Comité Départemental de Randonnée Pédestre de Gironde, notre club est très impliqué pour mener à bien ce Championnat de Zone Ouest 2025.

Créé en novembre 2017, le club « Longe Côte Lège Cap Ferret Club » est le 1er club de Longe Côte en Gironde.

Il compte aujourd'hui plus de 280

adhérents, un référent longe côte départemental, des formateurs régionaux, des arbitres régionaux et départementaux, un membre aux instances fédérales (Maryse BRAUGE). Outre les compétitions fédérales, le club a organisé en 2024 à titre expérimentale son 1er trail Longe Côte (marche rapide et longe côte) sur les plages du Cap Ferret qui a obtenu un énorme succès.

A chacun de ces événements, les municipalités de Carcans Maubuisson et de Lège Cap Ferret ont été particulièrement présentes par la fourniture de logistique (barrières, barnum, podium, arrêtés municipaux de circulation etc....), le club de « Longe Côte Lège Cap ferret » les remercie vivement.

Nous remercions également nos clubs partenaires et amis « Longe Côte Arcachon Bassin Sud » et « Les Randonneurs Des Sables Du Born » pour leur aide précieuse et leur soutien.

Pour le sport, la bienveillance, l'altruisme, le respect de l'environnement, l'esprit sportif, le club de « Longe Côte Lège Cap ferret » souhaite le meilleur à tous les compétiteurs ; la convivialité dans notre club est importante, nous vous invitons à prendre du plaisir dans cette belle compétition.



Michel Beaudin

PRÉSIDENT LONGE-CÔTE LCF CLUB

VENIR À CARCANS-MAUBUISSON

BUS :
Ligne 710 : Bordeaux <> Carcans bus TBM

TRAIN :
TER ligne 42 : BORDEAUX - LE VERDON ou POINTE DE GRAVE arrêt à MARGAUX

Le village compétiteur se situe à la place du parking «Parkplatz», rue des Rossignols.



HÉBERGEMENTS

VTF PARTENAIRE DE LA FFRANDONNÉE

Effectuez vos réservations par mail :
Pour les groupes (Clubs) : pdelbart@vtf-vacances.com
Pour les individuels : vtfparis@vtf-vacances.com

Avec l'objet suivant : Challenge régional longue cote 25 au 27/04/025

Nom du club/ tel portable/ nom de la personne/ nombre de personne/

<https://www.helloasso.com/associations/crrp-nouvelle-aquitaine/evenements/inscriptions-championnat-de-longe-cote-zone-ouest-2025>



LES PARTENAIRES

MINISTÈRE
DES SPORTS
ET DES JEUX OLYMPIQUES
ET PARALYMPIQUES
*Liberté
Égalité
Fraternité*



AGENCE
NATIONALE
DU SPORT

FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
Gironde



OFFICE DU TOURISME

MÉDOC
ATLANTIQUE
TOURISME

POUR RANDONNER

<https://www.medoc-atlantique.com/fiches/tour-des-lacs/>

POUR + D'INFOS

<https://www.medoc-atlantique.com/fiches/office-de-tourisme-de-car-cans-maubuisson-2/>

05 56 03 21 01

125 AVENUE DE MAUBUISSON
33121 CARCANS-MAUBUISSON

PROCEDURE D'INSCRIPTION

La procédure d'inscription se fait comme précédemment en ligne via une application intranet fédérale commune à toutes les régions. Une seule personne devra réaliser les inscriptions : le délégué de club.

Les inscriptions seront ouvertes du 05/04/2025 au 18/04/2025 sur le lien suivant : [Compétitions LCMA](#) Il est indispensable que le délégué de club qui inscrira les compétiteurs sur l'application, lise préalablement et très attentivement le manuel de l'utilisateur accessible en ligne sur l'application.

Rappel : Pour chaque concurrent, seul le numéro de licence doit être saisi. Le logiciel ira chercher les autres renseignements directement dans le système de gestion de la vie fédérale. Il vous restera à créer vos équipes (attention ! dans ce logiciel, une personne participant à une épreuve solo est considérée comme une équipe) en entrant les numéros de licence des personnes concernées et en ajoutant les différents documents médicaux précédemment cités.

Ces documents médicaux (certificat médical et/ou attestation de réponse au questionnaire de santé) devront être réunis dans un même et unique fichier PDF. Ils devront être en possession du compétiteur en format papier le jour des compétitions.

Le montant des inscriptions à régler apparaît automatiquement en fin de saisie. Le règlement des inscriptions se fait uniquement en ligne via la plateforme Helloasso accessible par le lien indiqué dans l'application fédérale à l'issue de vos inscriptions. Il s'agit du montant indiqué dans l'application fédérale que vous devez reporter sur Helloasso.

Pour toute difficulté, vous pouvez contacter :

Laëtitia BONNE, FFRandonnée Nouvelle-Aquitain

(05 57 88 26 43, nouvelle-aquitaine@ffrandonnee.fr)

Alain WIRTH, référent longe cote FFRandonnée Nouvelle-Aquitaine
coorganisateur du Championnat Régional (06 81 99 37 18, awirth@ffrandonnee.fr).

MODALITÉS DE REMBOURSEMENT

– Épreuve solo : toute demande d'annulation formulée jusqu'au 18/04 inclus sera acceptée et les frais d'inscription seront remboursés. Au-delà, les frais d'inscription ne seront pas remboursés.

- Épreuve par équipe : toute demande de changement d'un ou plusieurs équipiers dans une équipe sera acceptée jusqu'au 18/04. L'annulation d'une équipe sera acceptée jusqu'au 18/04 et les frais d'inscription remboursés. Au-delà de cette date, les frais d'inscription ne seront pas remboursés.

INFORMATIONS TOURISTIQUES

Les vacances au bord des lacs à Médoc Atlantique sont idéales en famille. Lac de Lacanau ou lac de Carcans-Hourtin vous aurez l'embarras du choix pour passer un moment de détente au bord de l'eau.

De nombreuses activités sont possibles : stand up paddle, pédalo, canoë, voile, wakeboard, splashpark, ski nautique et même du kitesurf ! Laissez-vous embarquer à la découverte de ces petits coins de paradis.

DES VACANCES AU BORD DU LAC

VOUS ENTENDEZ DÉJÀ LE CLAPOTIS DE L'EAU ?

Ici, on se laisse vivre au rythme des couleurs du lac. A Lacanau, comme sur le plus grand lac d'eau douce naturel de France à Carcans et Hourtin, on assiste tous les jours à un spectacle. Reliés entre eux par le Canal des Etangs, ces miroirs féériques sont les paradis des activités nautiques. Le choix ne manque pas, à Bombannes, Piqueyrot ou au Moutchic, sports et loisirs sont à l'honneur.

Sauvages et préservés, les lacs forment aussi un espace remarquable pour une baignade en famille, une promenade sur les berges ou une partie de pêche au petit matin.

Dans la matinée, à l'abri des vents dominants ou en fin de journée pour le coucher de soleil, il n'y a que des bonnes raisons pour profiter de ces étendues d'eau cristalline aux allures de lagons.



LE LAC DE CARCANS-HOURTIN

Vous arrivez sur le plus grand lac d'eau douce de France avec ses 6000 hectares (soit près de 1100 terrains de foot !).

Ce lac compte 8 plages surveillées, la partie Est est zone Natura 2000 et sur le côté ouest, vous découvrirez le joli village de Piqueyrot à Hourtin et le célèbre domaine de Bombannes, véritable oasis de nature à Carcans-Maubuisson.

CARCANS-MAUBUISSON

Au bord de l'eau, cette jolie station de bord de lac est idéale en famille ! L'eau est calme et bleu turquoise, les activités pour les enfants sont multiples et tout est accessible en vélo. A vous de découvrir la voile, le canoë, le stand up paddle et le pédalo. Spot réputé de planche à voile, les initiés profiteront d'un terrain de jeux grandeur XXL !



LE DOMAINE DE BOMBANNES

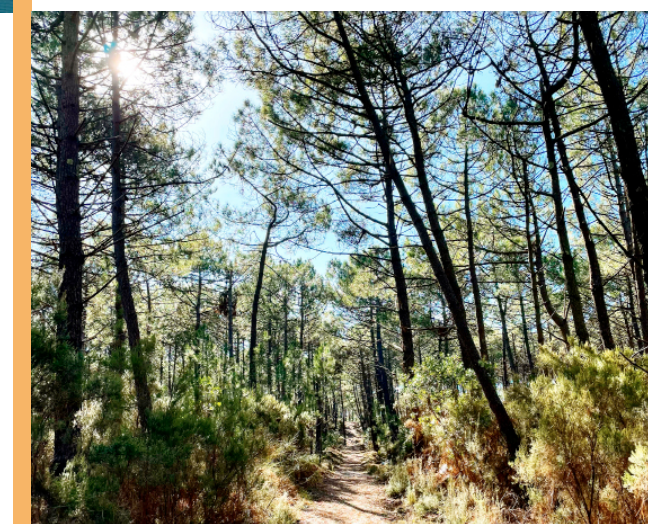
A quelques coups de pédales du centre de Carcans-Maubuisson, vous arrivez dans le domaine de Bombannes, géré par l'ONF. Ici vous pourrez profiter des différentes infrastructures de loisirs : terrains de tennis, sentier d'interprétation, mur d'escalade, vélo, ski nautique, voile, stand up paddle, aquaparc, pédalo, canoë... il y en a pour toute la famille ! Vous pourrez même dormir sur place.



© Jean-Emmanuel Jay

HOURTIN PORT

Joli port de plaisance où vous pourrez déjeuner en terrasse avec pour spectacle les bateaux ! De l'autre côté, la baignade surveillée avec la possibilité de pratiquer les activités nautiques classiques, la pêche, balades en bateau et le kitesurf ! 2 zones de kite réputées sont délimitées sur Hourtin : Hourtin Port et Lacanau.



POUR PLUS DE TRANQUILLITÉ, DÉCOUVREZ LA DOUCEUR DE PIQUEYROT

Vous êtes ici au bout du monde dans un petit village qui a su garder son âme. En plus des siestes à l'ombre des pins, des baignades "seul au monde", vous pouvez pratiquer la voile, le stand up paddle, le canoë ... En plus, la plage est surveillée en été : idéale pour les tout-petits.

LA SYNTHÈSE DES RÈGLES

LES ÉPREUVES

Formats	Types	Distances	Catégories
Solo	Pagaies simples	50m	F / H - MIN/CAD à M4 + DV
Solo	Mains nues	200m	F / H - MIN/CAD à M4 + DV
Solo 12/15 ans	Mains nues	800m	F / H - JU à M4
Binômes	Libre	400m	F / H / Mixtes MIN/CAD à M4
Relais	Pagaies simples	4 x 50m	Mixtes 2F/2H
Trail	Course Solo mains nues	3 à 8km	F / H - MIN/CAD à M4

Un compétiteur (en dehors de la catégorie Minimes/Cadets) peut participer à plusieurs compétitions. Les gants non palmés en néoprène ou autres sont autorisés pour les compétitions à mains nues. Pour le binôme 400m libre, les engins de propulsion doivent être de même nature pour les deux compétiteurs (exemple les deux en pagaies simples ou les deux en longe-up, etc...).

LES CATÉGORIES

Un compétiteur sera classé dans la catégorie d'âge correspondant à l'âge qu'il aura dans le courant de l'année 2025.

- * Minimes/Cadets : 12-15 ans (fournir obligatoirement une autorisation parentale)
- * Juniors : 16-17 ans (fournir obligatoirement une autorisation parentale)
- * Seniors : 18-39 ans
- * Master1 : 40-49 ans
- * Master2 : 50-59 ans
- * Master3 : 60-69 ans
- * Master4 : 70 ans et plus

LES CATÉGORIES PAR GENRE

La mixité de catégorie d'âge dans une équipe est autorisée (excepté Minimes/Cadets). C'est l'âge du plus jeune compétiteur qui détermine la catégorie de classement. La présence d'un junior dans une équipe est autorisée mais le sur-classement ne peut être que d'une catégorie (sénior). L'équipe est alors automatiquement classée dans la catégorie sénior.

LES COMPORTEMENTS SANCTIONNÉS (NOUVELLES RÈGLES)

Des sanctions sont attribuées aux compétiteurs pour non-respect des règles techniques de pratique du Longe côté :

- non-respect d'un BNI pendant une durée qui n'est pas ponctuelle (rappel : à partir d'un point défini dans l'eau, le BNI se vérifie face au compétiteur et consiste à avoir au minimum le bassin dans l'eau) = application d'un stop & go ;

- non-respect du pas du longeur (rappel : il est interdit de courir, de tirer, de tenir ou

pousser un compétiteur, sauf conditions particulières annoncées lors du briefing course) = application d'un stop & go ;

- non-respect de la règle de rattrapage (rappel : tout compétiteur rattrapé doit s'écarter pour laisser passer le rattrapant afin de ne pas entraver son évolution et lui laisser le BNI favorable) = application d'un stop & go ;

- interdiction de profiter de l'aspiration ainsi créée pour les épreuves type

contre la montre individuel ou par équipes (rappel : afin d'éviter les contacts il est interdit d'utiliser un moyen de propulsion lors de la phase de dépassement côté compétiteurs) = application d'un stop & go ;

- non-respect de la règle de contournement (rappel : se fait toujours eau-terre) = application d'un stop & go ;

- prise d'appui sur un point de contournement = application d'un stop & go ;

- heurt ou prise d'appui d'un point de contournement en le faisant chuter = carton rouge - disqualification ;

- en cas de faux départ : 1^{er} faux départ = retour au point de départ ; 2^{ème} faux départ par le même compétiteur ou équipe = carton rouge - disqualification ;

- en cas de non-présentation du compétiteur ou de l'équipe complète en chambre d'appel à l'horaire prévu : 1^{er} appel = prend le départ en dernier ; 2^e appel 1 minute après le 1^{er} appel = carton rouge - disqualification ;

- se jeter volontairement sur la ligne d'arrivée = carton rouge - disqualification.

Ces pénalités s'appliquent à tout compétiteur.

Stop & Go : l'arbitre siffle et marque un angle droit avec ses deux mains. Le compétiteur ou l'équipe s'arrête. Dès l'arrêt effectif l'arbitre siffle et lève le bras, le compétiteur ou l'équipe repart.

Disqualification (carton rouge) :

Le BNI se juge sur le longeur de tête

En plus des motifs notifiés ci-dessus, une équipe ou un compétiteur peuvent être disqualifiés, sur décision motivée

du jury, pour tout manquement grave au règlement notamment en cas de :

- non-respect des règles de chronométrage ;

- non-respect manifeste du stop & go ;

- équipe incomplète à l'arrivée ;

- tenue incorrecte (port de chaussures avec crampons style chaussures de football ou à pointes, mauvaise position du dossard ou de la puce de chronométrage ;

- non-respect des consignes données par un officiel ;

- non-assistance à un compétiteur en difficulté sollicitant de l'aide ;

- abandon de déchets divers, pollution ou dégradation des sites par un compétiteur ou un membre de son entourage ;

- attitude/comportement antisportif, insultes, impolitesse ou menaces proférées à l'encontre de tout membre de l'organisation, de tout bénévole ou compétiteur ;

- dopage ou refus de se soumettre au contrôle anti-dopage. Toute équipe disqualifiée n'est pas classée

Les ustensiles de propulsion ne sont pas autorisés. Toutes les épreuves organisées doivent respecter les règles de pratique du LC dès lors qu'il y a une évolution dans l'eau (cf. chapitres PRATIQUER et ENCADRER

Les zones de compétitions sont formellement interdites aux compétiteurs non engagés sur l'épreuve en cours, sous peine de disqualification, ainsi qu'à tout accompagnant, pour ne pas gêner l'épreuve.

Toute équipe disqualifiée n'est pas classée.

Textes Applicables :
- Règles d'organisation des compétitions de longe côte chapitre III 3 2 du memento Fédéral
- Règles de participation aux qualificatifs et Championnat de France 2025
- Règlement longe cote pour public en situation de cécité totale et déficience visuelle

PLANS : VILLAGE ET PARCOURS

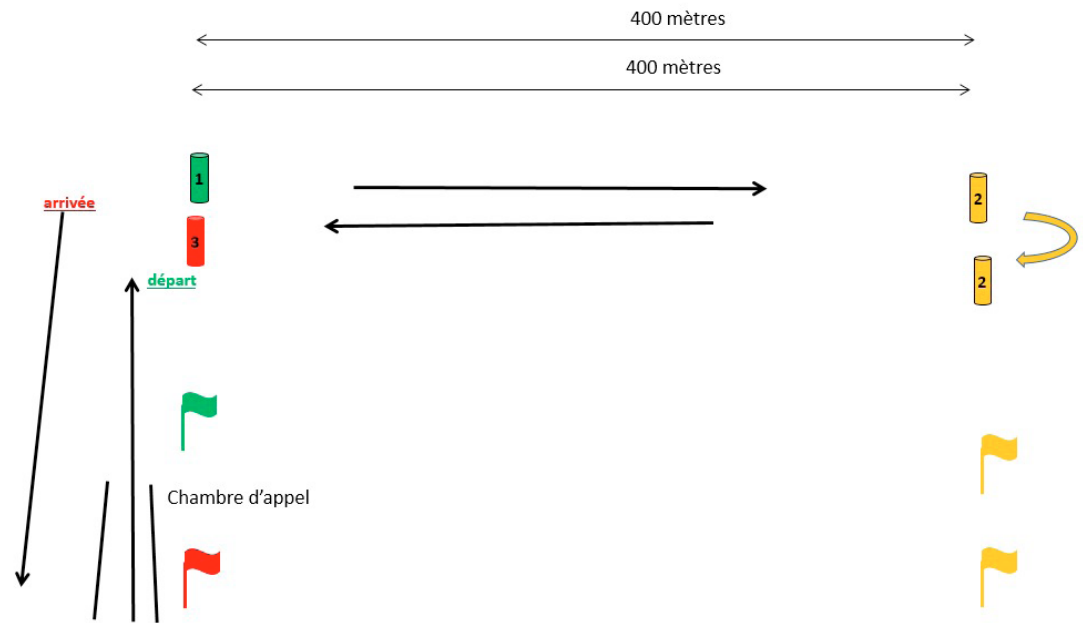


PLANS

SAMEDI

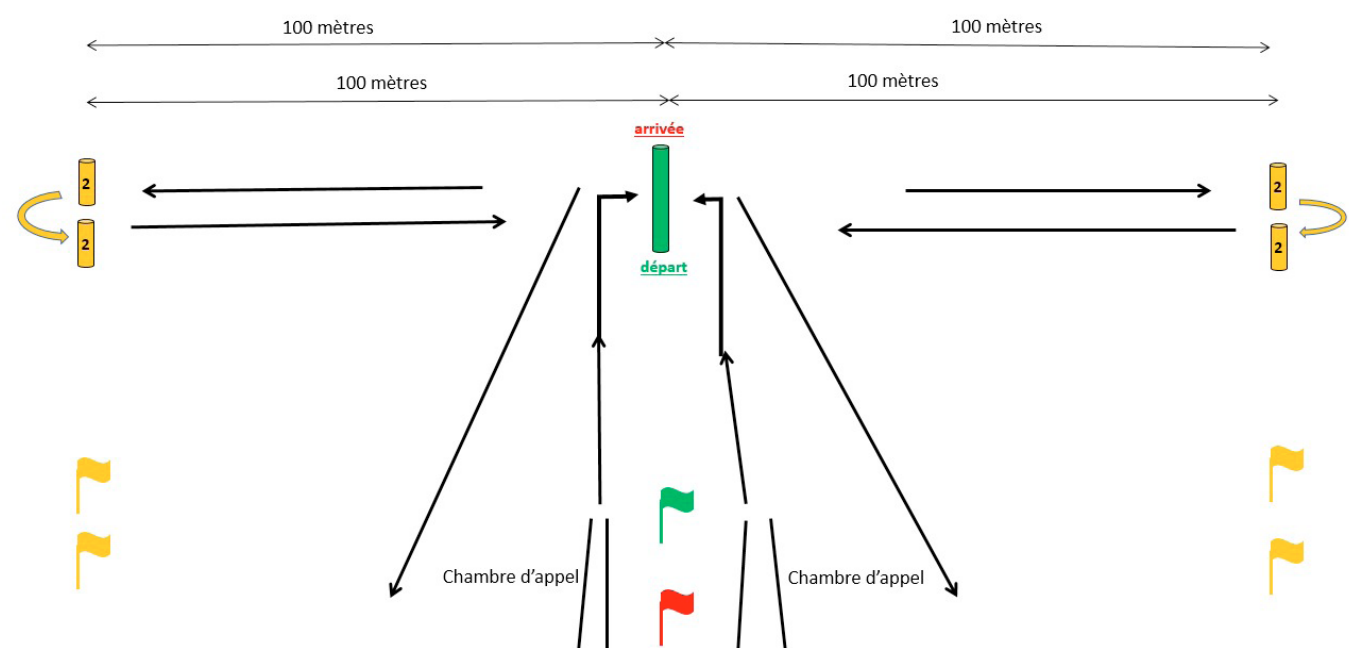
se déroulent en aller-retour avec Départ et arrivée Au Même endroit.
Pour le 800 m un aller-retour de 400 m et ainsi de suite pour les autres distances. Il y a donc qu'un contournement de bouée à réaliser.

SCHEMA DE PRINCIPE 800m Binôme

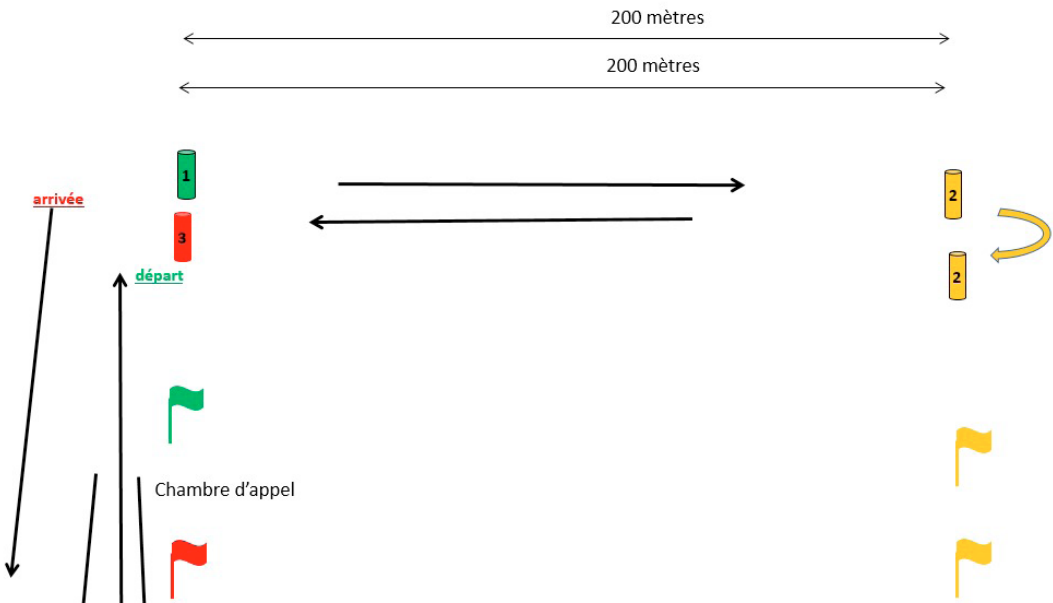


Les parcours du 200 m et 50 m pagaie simple sur un seul parcours vers la droite départ toutes les 30 secondes.

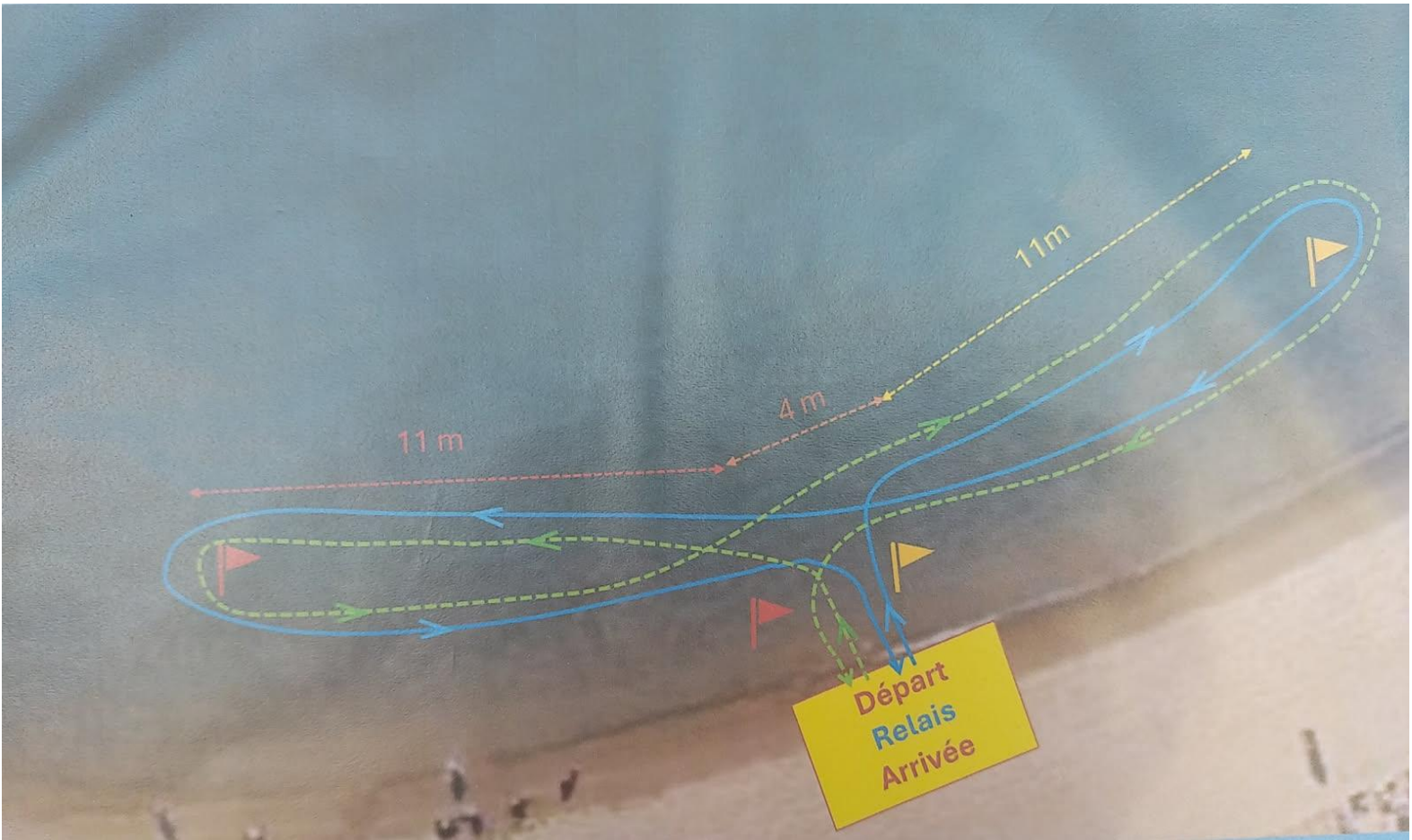
SCHEMA DE PRINCIPE 200m solo / 2 parcours simultanés



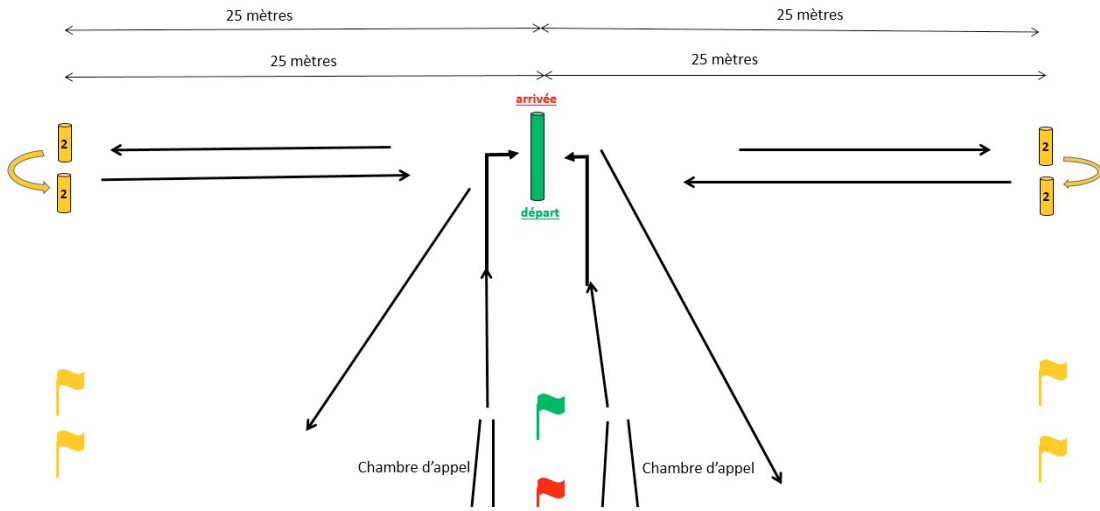
SCHEMA DE PRINCIPE 400m Binôme



Parcours relais 4 X 50 m mono pagaie



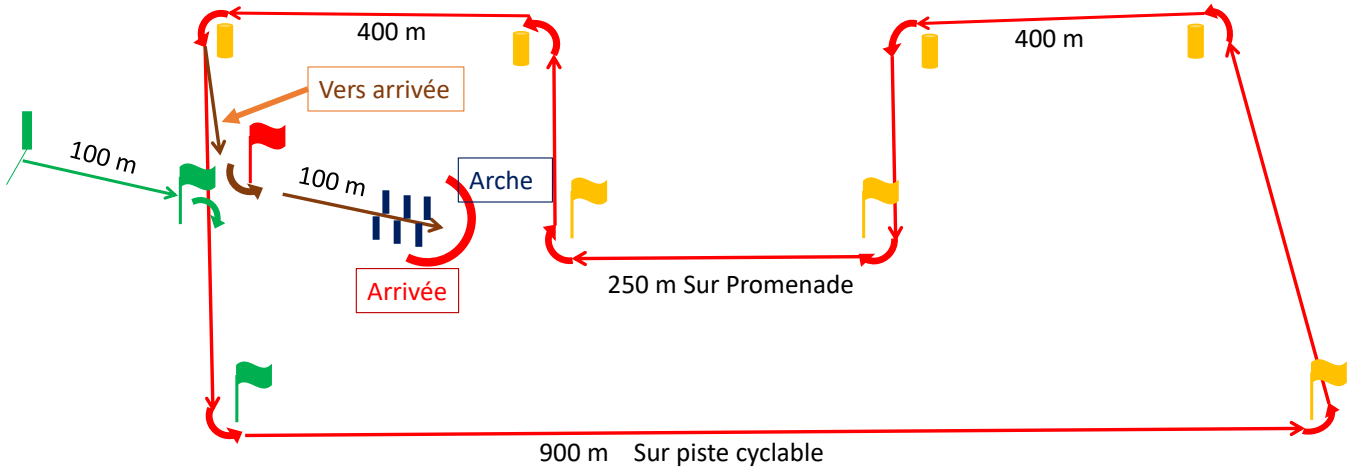
SCHEMA DE PRINCIPE 50m solo Pagaies / 2 parcours simultanés



DIMANCHE

Trail Longe Côte

Adulte 3 fois le parcours
Min / cad 2 fois le parcours



3 départs groupés seront donnés : 1 premier départ pour les hommes suivi par le départ des femmes, suivi après par le départ des Minimes/Cadets.

Des piquets de passage obligatoire sont mis en place afin de maintenir une trajectoire de BNI correct.

Ces piquets doivent obligatoirement être passés côté large (eau).

Cette épreuve chronométrée comprend plusieurs tours, le dernier tour doit être annoncé par un moyen sonore (cloche).

Une surveillance de l'épreuve est réalisée par les arbitres tout au long du parcours avec application des sanctions prévues sur les autres compétitions LC/MA en cas de constat d'infraction

PROGRAMME

Horaires donnés à titre indicatif et susceptibles de modifications

VENDREDI 25 AVRIL

PLAGE DE MAUBUISSON

**Entraînement/Reconnaissance
du lieu de compétition**

14 h à 17 h

ESPACE ANDRE DARTIGUES CARCANS-MAUBUISSON

**Distribution des dossards, des puces
pour le chronométrage électronique**

17 h 00

ESPACE ANDRE DARTIGUES CARCANS-MAUBUISSON (CF PLAN VENIR À CARCANS)

**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, des
informations pratiques, rappel des règles

Échanges

SAMEDI 26 AVRIL

7 h 45

Accueil des compétiteurs

8 h 15

Briefing de l'équipe d'arbitrage par l'arbitre

Échauffement des compétiteurs (l'échauffement peut se faire sur le parcours, cette zone doit
être libérée 5 minutes avant l'ouverture de la chambre d'appel).

8 h 30

Cérémonie d'ouverture du Championnat de Zone Ouest

Discours d'ouverture

Photo de groupe

8 h 45

Ouverture de la chambre d'appel

800m solo départ **09h00** toutes 30 "

200m solo départ **10h15** / 1 circuit toutes 30 "

50m pagaies départ **11h30** / 1 circuit toutes 30 "

12 h 30

PAUSE DÉJEUNER

13 h 50

Ouverture de la chambre d'appel

400 duos départ **14h00** toutes 30 "

4x50 pagaies départ **15h45** 2 circuits départ toutes les 7'

17 h 00

Pot de l'amitié

17 h 30

Cérémonie protocolaire de remise des médailles

DIMANCHE 27 AVRIL

7 h 30

**Briefing de l'équipe d'arbitrage
pour le trail**

8 h 30

Accueil et remise des dossards
Échauffement des compétiteurs pour le trail

10 h 00

Départ du trail

11 h 30

**Cérémonie protocolaire de remise
des médailles**

JURY ET ARBITRAGE

MEMBRES DU JURY

Arbitre National adjoint : **Alain LEVEQUE** Directeurs de Course : **Michel BEAUDIN et Alain WIRTH**

Représentant élu de la FFRandonnée : **Philippe VALLEE**, Président FFRandonnée Nouvelle Aquitaine

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'ÉQUITÉ

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.

ÉQUIPE ARBITRALE

Arbitre National Adjoint : **Alain LEVEQUE**

Arbitre Régionaux : **Pays de Loire – Val de la Loire - Bretagne - Nouvelle Aquitaine**

Directeurs de Course : **Michel BEAUDIN et Alain WIRTH**

PC Course : Représentants SportIPS

Chronométrage électronique : **société SportIPS / Olérando pour le trail**

INFORMATIONS TECHNIQUES

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 à l'heure indiquée de départ de sa course 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 entraîneur et 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 25 Avril de à partir de 14h à l'espace André DARTIGUES, briefing à 17h. Chaque compétiteur ou chaque équipe sera muni d'une seule puce électronique.

La somme de 66 euros demandée pour les puces de chronométrage et celle prévue contractuellement pour le chronomettreur SPORTIPS en cas de détérioration ou de perte du matériel individuel de chronométrage. Un chèque de 66 euros par coureur solo et 66 euros par équipe. (forfait max 500€ à partir de 6 puces)

Le chèque de caution (à l'ordre du comité FFRandonnée Nouvelle-Aquitaine) est remis sur place lors de la remise des dossards. Il sera rendu à l'issue de la compétition, après retour et vérification du matériel non détérioré.

CHRONOMÉTRAGE

Chaque compétiteur des épreuves solo et capitaine d'équipe pour les épreuves binôme seront équipés de transpondeurs qui fonctionneront de manière automatique sous le passage du portique. (Prestataire : SportIPS). Puces portées au bras opposé à la montre connectée. Emplacement conseillée poignets ou se munir d'une épingle à nourrice

ENGAGEMENT AUX ÉPREUVES

Le coût d'inscription est de 25€ pour une épreuve et de 5€ par épreuve supplémentaire.+ trail

ESPACE CLUBS

Un emplacement par clubs sera identifié **sous les arbres le samedi**, interdit le dimanche pour le passage du trail, pensez à prendre des poids si vous avez un barnum, les sardines ne pourront pas être plantés dans le macadam. **Les tentes toile d'araignée ne pourront pas être utilisées sur cette zone.**

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 :

Informez votre médecin de votre 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.

Vous pouvez consulter le décret n°2022-1583 du 16 décembre 2022 qui transpose en droit français la liste des substances et méthodes interdites 2024 sur l'URL : <https://ressources.afld.fr/liste-des-substances-et-methodes-interdites/>

Être vigilant lors de l'achat de compléments alimentaires et de produits diététiques de l'effort, notamment sur Internet ;

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.afld.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.afld.fr/aut

L'APRÈS COURSE

RÉSULTATS

En fonction des mesures sanitaires du moment, les résultats seront affichés après chaque épreuve sur panneau d'affichage prévu à cet effet ou communiqués aux seuls délégués de clubs.

RÉCLAMATION

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 de 8h à 18h sur le site de la compétition.

DÉVELOPPEMENT DURABLE

UNE MANIFESTATION ECO-RESPONSABLE

La FFRandonnée est partenaire depuis 2018 de la **Charte Eco-responsable** élaborée avec le ministère des Sports et W.W.F.

Cela implique la mise en place et le suivi de mesures concrètes lors de ses manifestations et de ses événements sportifs, dont le Championnat Régional de Longe-Côte, afin de maîtriser leur impact sur l'environnement :

- Dématérialisation des documents d'inscription. Responsable de la démarche gestion numérique : (Concerne la communication vers les réseaux sociaux, vers les clubs, la gestion dossiers d'inscription, le numérique utilisé pendant la course et les équipements pour cela)

- Covoiturage.

- Ravitaillement avec offre alimentaire locorégionale.

- Équipements pour la propreté du site pendant la manifestation. Le site sera respecté et rendu à l'état antérieur

- Le travail bénévole sera valorisé (valorisation des heures de bénévolat dans le bilan financier du championnat)

- Les secours sur l'eau sont assurés par la fédération avec des planches de sauvetage (donc non motorisées).

- Présence du référent développement durable dans

l'organisation

Informations données :

- Les cinq règles essentielles pour bien longer et respecter l'environnement.

- La Charte de l'adhérent

En fin de manifestation on propose un ratissage de la plage et un ramassage des déchets sur le site.

Une information sera donnée sur la valorisation et le recyclage possible du matériel usé (combinaisons néoprène ..)

En vertu de l'engagement N° 10 de la charte des 15 engagements écoresponsable des organisateurs d'événements, en lien avec l'objectif N° 5 des 17 objectifs de développement durable à l'agenda 2030 en France visant à adopter des politiques bien conçues et des dispositions législatives applicables en faveur de la promotion de l'égalité des sexes, le règlement intérieur indique :

Tout licencié doit contribuer à la lutte contre les violences et atteintes sexuelles et/ou psychologiques en informant la FFRandonnée de tout comportement ou fait de cette nature commis dans le cadre des activités de la FFRandonnée, d'un organe déconcentré ou d'un membre affilié, dont il aurait connaissance, susceptible de constituer une infraction disciplinaire et/ou pénale.

ANNEXES

ANNEXE 1 : FORMULAIRE DE RÉCLAMATION

Épreuve Équipe ou solo concerné

Motif de la Réclamation :
.....
.....
.....
.....

Délégué : Nom, Coordonnées et visa :
.....
.....

Réponse :
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

ANNEXE 2 : FICHE D’ENGAGEMENT DES REMPLAÇANTS

Région :

Club :
Epreuve concernée :
Equipe 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.

ANNEXE 2 : FICHE D’ENGAGEMENT DES REMPLAÇANTS

Région :

Club :
Epreuve concernée :
Equipe 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