

## DOSSIER D'INSCRIPTION

3<sup>ème</sup> Championnat régional de Longe Côte

10 juin 2018

Événement proposé par la **FFRandonnée** 

# LONGE CÔTE

3<sup>e</sup> CHAMPIONNAT DE BRETAGNE

**DIMANCHE 10 JUIN 2018**  
**SARZEAU (56) - Plage de Penvins**

RENSEIGNEMENTS sur [bretagne.ffrandonnee.fr](http://bretagne.ffrandonnee.fr)  
INSCRIPTIONS (réservées aux licenciés FFRandonnée) avant le 30 mai 2018 à [bretagne@ffrandonnee.fr](mailto:bretagne@ffrandonnee.fr)

## Informations générales

Si vous êtes licenciés en Bretagne et que vous souhaitez vous qualifier pour le Championnat de France 2018 qui aura lieu le 6 octobre 2018 aux Sables d'Olonne (85), vous devez vous inscrire au 3<sup>ème</sup> Championnat Régional de Longe Côte.

### I. INSCRIPTIONS avant le 30 mai 2018

Les inscriptions se font sur fichier Excel qui est envoyé en annexe de ce dossier. Il comporte un feuillet pour les 100 m solo, un pour les 1000 m en tierce, un pour les 1000 m en quinte et un pour le formulaire de réclamation.

Les frais d'inscription s'élèvent à 10 euros par épreuve.

Un chèque de caution de 12 euros par coureur et 12 euros par équipe sera demandé pour les puces (chronométrage électronique).

Pour s'engager aux épreuves, le compétiteur doit posséder un certificat médical de non contre-indication à la pratique du longe côte en compétition. Sa validité est de 3 ans. Présenter une copie de ce certificat médical ou une attestation de réponse négative au questionnaire de santé.

L'ensemble des données nécessaire à votre inscription constituera le fichier de la manifestation. Conformément à la loi informatique et libertés du 6 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des informations vous concernant.

Chaque compétiteur autorise à titre gracieux la reproduction et l'exploitation de son image au profit de l'organisateur et de ses partenaires pour une durée de 5 ans.

Pour la bonne organisation de la compétition, le fichier devra être rempli et retourné avant le 30 mai 2018 (**un seul fichier par club**), par mail à [bugnard.marc@wanadoo.fr](mailto:bugnard.marc@wanadoo.fr)

Le chèque de règlement, à l'ordre de Comité FFRandonnée Bretagne, doit être envoyé (à la même date) à l'adresse suivante :

#### **Chantal MARTIN**

Le Promeneur de Rhuys  
14, Village de Kéret  
56370 SARZEAU

### II. PLANNING de la compétition

Les horaires sont données à titre indicatif, ils sont établis en fonction du nombre d'engagés et pourront évoluer selon les conditions de mer et de météo.

**9h00** Accueil (café et collation)

**9h30** Confirmation des inscriptions, remise des dossards et puces au délégué de chaque club

**10H00** Echauffement dans la zone prévue

**11h00** Evacuation du plan d'eau sur la zone de course

**11h30** Début des Courses qualificatives pour le Championnat de France. 100m solo, toutes catégories

**12h30** Restauration : pique-nique tiré du sac ou restauration sur place

**14H00** Début des Courses qualificatives pour le Championnat de France. 1000m tierce, 1000m quinte, toutes catégories

**16h30** Fin de la manifestation. Remise des titres et des récompenses. Pot de convivialité

### III. REGLEMENT COMPETITION

Le règlement en vigueur est celui de la FFRandonnée, le mémento fédéral « Pratiquer, Encadrer et Organiser des activités de marche et de randonnée » ; il est téléchargeable sur le site internet fédéral [www.ffrandonnee.fr](http://www.ffrandonnee.fr) .

Epreuves toute catégories :

- 1000m tierce

- 1000m quinte

- 100m solo

Possibilité de faire 1 épreuve solo et 1 épreuve par équipe

Une zone d'échauffement est prévue (cf plan en annexe)

Plan général du site de la compétition en annexe

Chronométrage électronique des épreuves avec Sportident

#### a. Composition de l'équipe arbitrale

Arbitre régional : Henri Thomas

Directeur de course : André Bourdet

PC course : Anne Schamberger et Annick Le Barillec

Jury d'épreuve : Henri Thomas

Les arbitres assureront la mise en place des parcours de 100 et 1 000 mètres et la réalisation des épreuves de solo, tierce et quinte durant le Championnat régional.

Les postes sont : Arbitre régional, Juge Arbitre, Chronométreur officiel, Directeur de Course, Régulateur d'appel sur le sable, Régulateur sur ligne de départ, Lanceur, Ajusteur de bouée, Juge Avertisseur, Assistant tablette, Liaison PC Course, PC Course

#### b. Epreuves

Chaque concurrent devra se présenter 3 minutes avant son horaire de départ dans la chambre d'appel sous peine de disqualification.

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

#### c. Consignes chronométrage

Equipement du longeur : chaque longeur ou longe est équipé de dossards.

Pour les tierces et quintes, le capitaine d'équipe devra impérativement :

- être le premier à passer la boucle départ
- être le dernier à passer la boucle d'arrivée

Si cette consigne n'est pas respectée, l'équipe sera disqualifiée.

Le délégué se charge de distribuer à chacun de ses compétiteurs le dossard correspondant à l'épreuve. Il peut y avoir des dossards différents pour chaque épreuve sur laquelle le compétiteur est

inscrit. Si le compétiteur fait plusieurs épreuves, il faudra changer de dossard. Les délégués auront un listing détaillé avec épreuves, noms, numéros de dossards correspondants.

d. PC Course

Le PC Course est situé sur le parking de la Pointe, sous un barnum. Son entrée est strictement réservée aux membres du jury, à l'arbitre national, aux arbitres adjoints, et directeur de course.

Un contrôle Anti Dopage peut avoir lieu. Il est situé sous le barnum et assuré par Françoise Ventre.

e. Identification des concurrents

Chaque concurrent devra, sous peine de se voir refuser le départ, porter un dossard. Les dossards seront distribués aux délégués de club le matin de la compétition (voir planning). Chaque compétiteur ou chaque équipe sera équipé d'un bracelet électronique. Les puces électroniques devront être restituées en une seule fois par chaque délégué de club, après les épreuves, au PC course.

f. Service de secours

Afin d'assurer la sécurité des concurrents et de l'ensemble des personnes présentes durant cette journée un dispositif composé de professionnels du Centre Nautique de Sarzeau et d'animateurs Longe Côte Marche Aquatique sera présent sur les lieux sur terre comme sur mer. Poste de secours situé sur le parking de la Pointe, sous un barnum.

Pour joindre le centre de secours, composez le 18.

g. Résultats

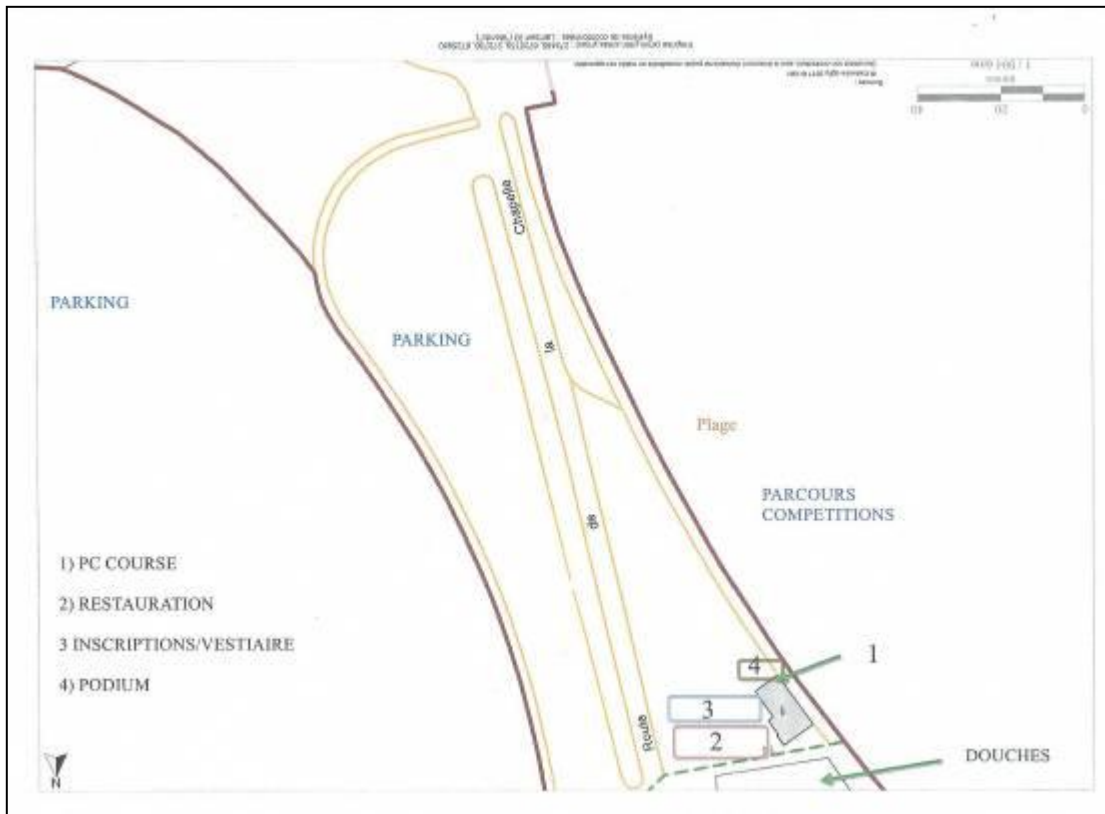
Les résultats seront affichés après chaque épreuve sur les tableaux installés au PC Course.

Chaque délégué de club bénéficiera de 30 minutes après l'affichage des résultats pour porter réclamation, en utilisant le formulaire prévu à cet effet. Il devra être apporté au PC course. Cette réclamation sera examinée par les membres du jury d'examen et recevra une réponse écrite.

h. Equipements obligatoires

Combinaison longue ou combinaison courte et chaussures (ou chaussons aquatiques) sont obligatoires sous peine de ne pas pouvoir participer aux épreuves. Les chaussures à crampons moulés et vissés et les moyens motorisés à propulsion sont strictement interdits.

## Annexes



## Epreuve Solo



# Epreuve 1 000 m

