



Club organisateur :

Longe Côte Mauguio-Carnon



SAMEDI 5 OCTOBRE 2024

Accès plage n°80 du Petit Travers, Carnon.

La FERIA du Longe Côte

COUPE de FRANCE

La FERIA du Longe Côte

OPEN

SOMMAIRE

1- Informations générales	p 3
A- Localisation de l'évènement	p 3
B- Liste des épreuves	p 3
C- Les parcours	p 3
D- Le plan d'eau de la compétition	p 4
2- Modalités d'inscription	p 4
3- Catégories d'âges	p 5
4- Classement	p 6
5- Règlement	p 6
A- Règles de la compétition	p 6
B- Chronométrage	p 7
C- Arbitrage	p 7
D- PC Course	p 9
E- Résultats	p 9
6- Planning des Compétitions	P 9
7- Assurance - Sécurité	P 10
8- Dispositif de secours	P 10
9- Force majeure, Annulation	P 10
10- Droit à l'image et respect de la vie privé	P 11
11- Acceptation	P 11

1. Informations générales

La Féria du longe côte est une manifestation sportive organisée par le Longe Côte Mauguio-Carnon, sur la plage du Petit Travers à Carnon.

Ce site est référencé par la FFRandonnée.

Téléchargement de la fiche de site sur : <https://www.ffrandonnee.fr/disciplines/les-disciplines/longe-cote-marche-aquatique>.

A- Localisation de l'événement :

Le village de l'organisation et d'accueil des participants sera sur la plage du Petit Travers, entre l'accès N° 80 et l'accès N° 78

Le parking du Lido, sera mis à disposition des participants qui rejoindront la zone d'accueil, à pied, par la plage.

B- Liste des épreuves :

Open 400 m binôme

Open 400 m solo

Open 1000 m équipe (2 ou 3 compétiteurs)

Open 1000 m Solo

Open 3000 m équipe (6 compétiteurs maximum)

Coupe de France 1000 m tierce

Coupe de France 3000 m équipe (4 à 6 compétiteurs)

Les épreuves s'effectueront en respectant les règles techniques de la pratique du Longe Côte, éditées dans le « Mémento Fédéral : Réglementation des activités de marche et de randonnée / III-3-2 - Règles d'organisation des compétitions de Longe Côte (LC) Version validée par le bureau fédéral du 11/11/2022 », sur un parcours balisé, chronométré et en tenant compte des contraintes du site de pratique.

C- Les parcours :

Les parcours se dérouleront en aller-retour avec départ et arrivée au même endroit :

pour le 400 M (2X200M)

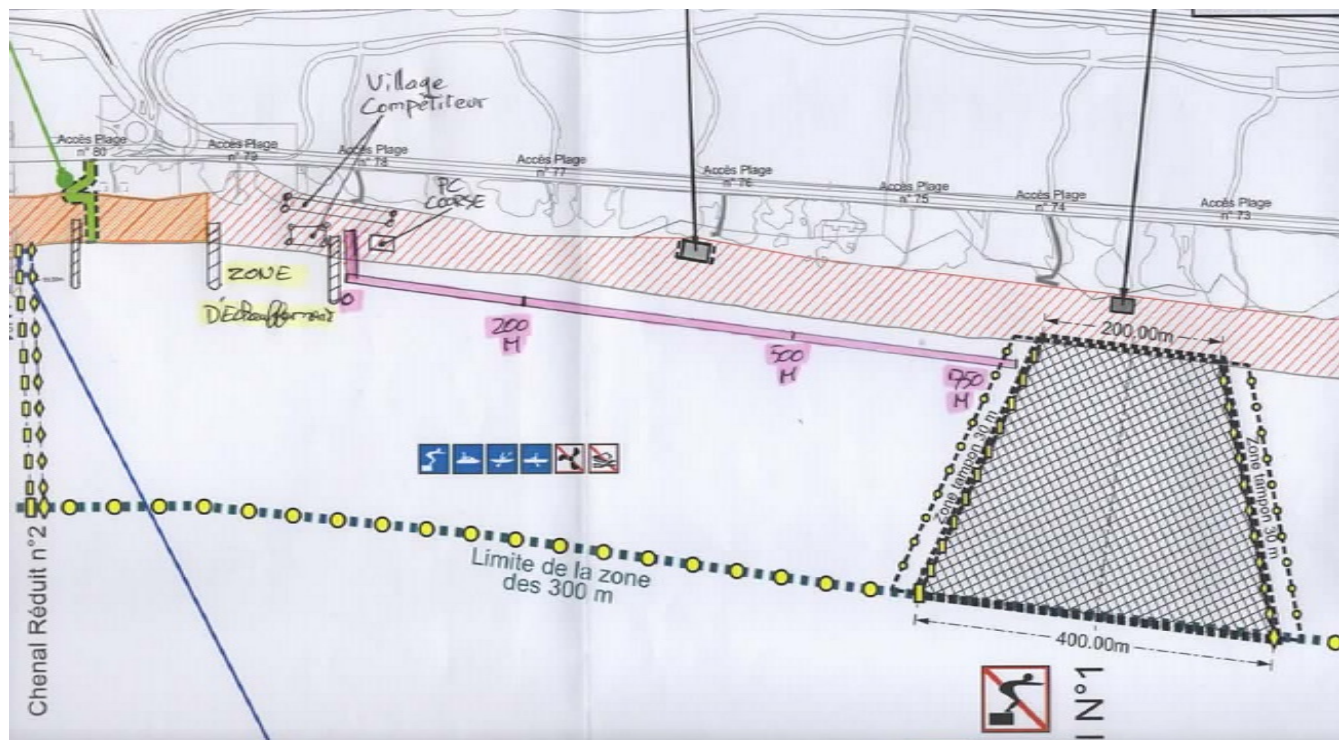
pour le 1000M (2X500M)

pour le 3000M, 2 aller-retours (4X750M) : A l'arrivée du premier tour, sortie de l'eau, passage sur la boucle de chronométrage et retour dans l'eau pour le second et dernier tour.

⇒ **Départ plage** en contre la montre. Interdiction de courir sur le sable.

La distance parcourue sur le sable n'entre pas dans le cumul de distance.

D- Plan d'eau de la compétition :



2. Modalités d'inscriptions

La période d'inscription débutera le 2 septembre 2024 et prendra fin le 3 octobre 2024 à 23h.

L'inscription se fera sur le site <https://www.ats-sport.com>.

Il sera demandé aux participants de fournir, lors de l'inscription :

⇒ **Pour les mineurs :**

- Une attestation de réponses négatives au questionnaire de santé

- Une autorisation parentale de participation à la compétition

⇒ **Pour les majeurs :**

CAS 1 : Participants licenciés à la FFRandonnée

- **La licence Compétition ou**
- **Hors Licence Compétition**

Un certificat médical, portant la mention sports en compétition ou compétitions longue côte ou triathlon, de moins de 6 mois, ou jusqu'à 3 ans, complété avec l'attestation de réponses négatives au questionnaire de santé (fournir les deux documents).

CAS 2 : Participants non-licenciés à la FFRandonnée

Un certificat médical, portant la mention sports en compétition ou compétitions longue côte ou triathlon, de moins de 6 mois, ou jusqu'à 3 ans, complété avec l'attestation de réponses négatives au questionnaire de santé (fournir les deux documents).

⇒ Les frais d'inscription s'élèvent, pour chaque compétiteur, à 10 € pour la première course, et 5 € pour chacune des courses supplémentaires (hors frais de gestion). Un compétiteur peut participer à plusieurs épreuves.

Un temps de repos sera prévu pour permettre la participation à plusieurs épreuves.

⇒ **Annulation des inscriptions, par le compétiteur :**

- Toute annulation ou modification avant la date de clôture des inscriptions sera acceptée, et le remboursement des frais d'inscription effectué.

3. Catégories d'âge.

Format « Coupe de France » :

⇒ Supra-Catégorie Sénior = Equipe constituée de longeurs des catégories juniors à M2, avec l'obligation d'avoir au moins deux catégories d'âge représentées

⇒ Supra-Catégorie Master = Equipe constituée de longeurs des catégories M2 à M4, avec l'obligation d'avoir au moins deux catégories d'âge représentées

Catégories	Années de naissance
Minimes / Cadets	2009 à 2012
Juniors	2007 à 2008
Séniors	1985 à 2006
Masters 1	1975 à 1984
Masters 2	1965 à 1974
Masters 3	1955 à 1964
Masters 4	1954 et avant

Un compétiteur sera classé dans la catégorie d'âge, correspondant à l'âge qu'il aura dans le courant de l'année 2024.

La mixité d'âge dans une équipe est autorisée (exceptée 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 (senior).

4. Classement

Les épreuves "**Coupe de France**" feront l'objet d'un classement par supra-catégories.

Les épreuves "**Open**" feront l'objet d'un classement SCRATCH.

5. Règlement

A. Règles de compétition :

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 ou chaussons aquatiques obligatoires et adaptés au longe côte (pas de crampons métalliques)
- Maillot de Club ou Tee-shirt

Les ustensiles de propulsion manuels ne sont pas autorisés (courses à main nues, ou gants non palmés).

Pour respecter l'environnement, il est demandé aux compétiteurs de prévoir un gobelet pour le ravitaillement.

B. Chronométrage :

Le chronométrage électronique sera effectué pour chaque course, par la société POINT COURSE, 20 avenue du Général Grollier, 34570 PIGNAN.

Les dossards et les puces électroniques seront distribués aux participants, sur présentation d'une pièce d'identité, le jour de la compétition, à partir de 12H.

Pour les épreuves open en équipe, seul le capitaine sera porteur de la puce électronique. La remise des puces se fera contre dépôt d'une pièce d'identité, qui sera restituée au retour de la puce, à l'accueil.

Pour les épreuves "coupe de france" la distribution des puces se fera en fonction du règlement spécifique édicté par la fédération, non connu à ce jour.

Ne pas oublier de restituer les puces électroniques en fin de course et de récupérer sa pièce d'identité.

Positionnement de la puce : lors des épreuves, la puce devra se situer entre le coude et l'épaule, plutôt côté gauche, et éventuellement sur la bretelle du maillot de leur club, pour les personnes rencontrant des difficultés à fermer le bracelet.

Chaque concurrent recevra par l'organisation un dossard différent pour chaque épreuve et devra le porter, sous peine de se voir refuser le départ.

Le dossard est fixé sur le maillot, au niveau du torse, le plus haut possible, afin de pouvoir en lire le numéro dans l'eau.

C. Arbitrage :

Une équipe arbitrale assurera la régularité de l'épreuve, sous la responsabilité d'un arbitre principal. Des tee-shirts reconnaissables seront portés par les encadrants et les bénévoles, pour les différencier des participants.

Chaque compétiteur ou chaque équipe devra se présenter 5 minutes avant son horaire de départ dans la chambre d'appel, sous peine de pénalité (voir ci-après).

Pour les équipes participant aux épreuves "open", le temps de départ et d'arrivée est pris sur le même compétiteur, le capitaine.

Celui-ci passe en premier la ligne de départ, et en dernier la ligne d'arrivée. Si cette consigne n'est pas respectée, l'équipe sera disqualifiée.

Les modalités de chronométrage pour les épreuves "coupe de france" seront celles édictées par la fédération (non connues à ce jour),

Des pénalités sont attribuées aux compétiteurs pour non-respect des règles techniques de pratique du longes côte, qui sont :

- Non-respect d'un bon niveau d'immersion (BNI). Le bon niveau d'eau se vérifie face au compétiteur et consiste à avoir au minimum le bassin dans l'eau. La règle du BNI se juge sur le longueur de tête. Application d'un Stop & Go ;
- Non-respect du pas du longueur : il est interdit de courir de tirer, de tenir ou pousser un compétiteur de son équipe. Application d'un Stop & Go ;
- Si un compétiteur ou une équipe en rattrape une autre, il signale son dépassement. L'équipe dépassée s'écarte et n'a pas le droit de se mettre dans l'aspiration de l'équipe, qui vient de la doubler. Application d'un Stop & Go ;
- **Le contournement d'un piquet de course se fait toujours dans le sens Mer-Terre.**

En cas de non-respect = reprendre le contournement dans le bon sens demandé par l'arbitre affecté à la surveillance de ce poste. Coup de sifflet et cercle avec le bras.

- Prise d'appui sur un point de contournement = reprendre le contournement (dans le bon sens), demandé par l'arbitre affecté à la surveillance de ce poste. Coup de sifflet et cercle avec le bras.
- Heurt ou prise d'appui d'un point de contournement en le faisant chuter = carton rouge et disqualification.
- En cas de faux départ : retour au point de départ.
- En cas de non-présentation du compétiteur ou de l'équipe complète en chambre d'appel à l'horaire prévu
 - 1er appel : prend le départ en dernier
 - 2ème appel, 1mn après le 1er appel : carton rouge et disqualification. Ces non-respects 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.

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
- Equipe incomplète à l'arrivée
- Tenue incorrecte (chaussures non conformes, mauvaise position du dossard)
- Non-respect de consignes données par un officiel de la compétition

- Non-assistance à un compétiteur en difficulté, sollicitant de l'aide
- Abandon de déchets divers, pollution ou dégradation des sites
- Attitude/comportement antisportif, insultes, impolites ou menaces proférées à l'encontre de tout membre de l'organisation, de tout bénévole et compétiteur
- Dopage ou refus de se soumettre au contrôle anti-dopage

Toute équipe disqualifiée n'est pas classée.

Les zones de compétition sont interdites aux compétiteurs non engagés sur l'épreuve en cours, sous peine de disqualification, afin de ne pas gêner l'épreuve.

Après la date limite des inscriptions, et jusqu'à une heure avant le départ de la course, il sera autorisé en cas de force majeure, de procéder à un changement à l'intérieur des équipes.

Ce changement ne doit pas faire changer de supra-catégorie pour les épreuves "coupe de France".

Le jury d'épreuve examinera si ce changement est conforme au règlement et en cas d'avis favorable, un dossard vierge sera à retirer auprès de l'organisateur moyennant le coût de l'inscription.

Cette demande, accompagnée du dossard du compétiteur remplacé, de la licence du remplaçant (COMP ou classique) ou CACI ou attestation de réponses négatives au questionnaire de santé seront transmis au PC course, pour acceptation.

D. PC Course :

Le PC course est installé à proximité de la chambre d'appel. Son accès est strictement réservé au chronométrage, membres du jury, arbitre principal et directeur de course.

E. Résultats :

Les résultats seront affichés à proximité du PC course.

En cas de réclamation d'un compétiteur (ou une équipe) sur une pénalité lui ayant été attribuée par un juge, celle-ci devra être déposée au plus tard 20 mn après l'affichage des résultats de la course concernée, en utilisant le formulaire prévu à cet effet.

Les réclamations seront examinées par les membres du jury et recevront une réponse écrite.

6. Planning de la compétition

Accueil des participants sur la plage du Petit Travers, accès plage n° 80 :

12H	Accueil et enregistrement des compétiteurs. Remise des documents et retraits des dossards et des puces de chronométrage.
12H30	Briefing compétiteurs
12H45	Echauffement
13H	Ouverture de la chambre d'appel
13h15	Départ 400 m duo
	Départ 400 m solo
	Départ 1000 m – COUPE DE FRANCE
	Départ 1000 m – OPEN (3 compétiteurs maxi)
	Départ 1000 m solo
	Départ 3000 m – COUPE DE FRANCE
	Départ 3000 m – OPEN (6 compétiteurs maxi)
16H	Podiums Coupe de France et Open
	Clôture de la manifestation, verre de l'amitié.

7. Assurance-sécurité

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.

8. Dispositif de secours

Le responsable sécurité (médecin) met en place le dispositif de sécurité plage et eau, ainsi que les moyens de secours nécessaires.

Les participants doivent être capables de parcourir les distances prévues et être en bonne condition physique et mentale.

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

9. Force majeure - Annulation

En cas de force majeure, mauvaises conditions climatiques (présence d'orage ou d'une vigilance orange ou toutes circonstances dangereuses), ou sur requête de l'autorité administrative, l'organisateur pourra à tout instant mettre fin à l'épreuve.

Les participants 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 seront pas remboursés des droits d'inscription, compte tenu des frais engagés par l'organisateur.

La manifestation ne sera pas reportée.

10. Droit à l'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.

11. Acceptation

Tout participant reconnaît avoir pris connaissance du règlement et en accepte toutes les clauses.

A Manguio Carnon le 31/08/2024

Marc Bigret
Président du Longe Côte Manguio-Carnon

Philippe Sendra
Directeur de course