

*Pas de licence, ni de certificat médical.
Pas de chronométrage, ni de classement.
Limité à 99 participants.*

Toutes ces épreuves peuvent se faire seul ou en duo (jeune/jeune - jeune/adulte - adulte/adulte)

50 m de natation / 500 m de course à pied
Départ entre 14h et 15h

100 m de natation / 1000 m de course à pied.
Départ entre 14h30 et 15h30

200m de natation / 1500m de course à pied.
Départ entre 15h et 16h

300 m de natation / 2000m de course à pied.
Départ entre 15h45 et 16h45

Ces horaires indicatifs pourront être modifiés en fonction du déroulement des épreuves "compétition".

RÉGLEMENT

L'animation est ouverte à tous: accès par un pass-loisir à compléter sur place, sans licence, ni certificat médical. Pas de chronométrage, ni de classement. Application de la réglementation générale FFTRI.

Avant l'épreuve

Les participants et leurs parents ou accompagnateurs auront seuls accès à l'aire d'accueil (vestiaires).

Les participants accéderont seuls à l'aire de transition où ils déposeront leur serviette et le nécessaire pour la course à pied : des membres de l'organisation seront présents dans l'aire de transition pour les conseiller et les aider .

Chaque participant doit prévoir lunettes et bonnet de bain.

Les participants accéderont seuls au bassin, accompagnés par les organisateurs; ils devront prendre une douche avant de se mettre à l'eau.

Tout déplacement autour du bassin (accès aux douches, accès au départ...) doit se faire en marchant.

Il est interdit aux participants de se mettre à l'eau avant le signal donné par les organisateurs; un temps d'échauffement est prévu dans la procédure de départ.

Natation

L'épreuve se déroule par groupes de nageurs, départ dans l'eau.

Le compte des tours est assuré par l'organisation.

Les déplacements autour du bassin se font obligatoirement en marchant.

Course à pied

Le parcours se fera selon les catégories sur une ou plusieurs boucles (parking + bois de Bonneterre)

Après l'épreuve

Boisson et goûter offerts à l'arrivée