



CODEP 16

## Règlement « Palmathlon Jean-Claude Julien » Dimanche 10 avril 2022

Organisé par le GESMA ANGOULEME

**2 DISTANCES : PALMATHLON 5000M NAP- 5000M COURSE A PIED  
PETITE ECLUSE 2000M NAP- 5000M COURSE A PIED**  
(selon l'évolution de la réglementation nationale, un Pass Sanitaire vous sera demandé)

### PALMATHLON:

#### Déroulement de l'épreuve :

Cette épreuve comporte 2 disciplines : la nage avec palmes avec ou sans appui et la course à pied.

Deux possibilités :

- **En individuel** : le compétiteur effectue le parcours nage et enchaîne la course à pied jusqu'à l'arrivée (point de départ de la nage).

Des véhicules assureront le transfert des kits de course à pied et des combinaisons entre le départ et l'arrivée de la nage (parking de la coulée verte à Fléac).

- **En équipe** : A la fin de l'épreuve nage, située à Fléac, le nageur franchit la bouée délimitant l'arrivée, et passe le relais à son coéquipier de course à pied situé derrière une ligne matérialisée par une rubalise. Le coureur enchaîne avec le circuit de retour le long du chemin de halage jusqu'à l'arrivée devant le CAMS (point de départ des nageurs).

- Le départ nage aura lieu à Saint Cybard (Angoulême), au ponton de mise à l'eau du CAMS.

A l'écluse de Thouérat (environ 3000m) les nageurs sortiront de l'eau au ponton amont et repartiront du ponton aval pour poursuivre jusqu'à l'arrivée à Fléac (environ 2000m) en amont de l'écluse de Basseau.

*Il est autorisé de se faire assister par un coéquipier(ière) lors de la sortie et la remise à l'eau à l'écluse de Thouérat.*

- La seconde partie de l'épreuve, la course à pied, ramènera les participants au CAMS en empruntant la coulée verte (5 000m). Mise en place d'un poste de ravitaillement à mi-parcours.

# GESMA

Affiliée FFESSM 02 16 007

Association loi 1901 - n°siret : 485 166 656 00010 ape 926C

Adresse postale : Chez M. François Boerkmann 12 résidence Le Pallain 16400 Puymoyen  
Siège social : 64 rue Montauzier 16000 Angoulême



CODEP 16

### **PETITE ECLUSE:**

Cette épreuve est proposée **en individuel** ou **en équipe** comme pour le palmathlon.

Pour cette épreuve, le départ aura lieu au ponton aval de l'écluse de Thouérat, juste avant l'arrivée des premiers nageurs du 5000 mètres, arrivée à Fléac (2000m) en amont de l'écluse de Basseau..

Retour au point de départ en course à pied (5000m)

**Lieu de rendez-vous** : Chemin de halage, en aval du pont de Saint Cybard Angoulême, à hauteur du CAMS. Quai du halage, Saint Cybard, 16000 Angoulême.

**La date** : Dimanche 10 avril 2022

**RDV à** : 8 H 15

Départ de la Course : 9 h30 Précise

**Droit d'image**. « J'autorise expressément les organisateurs du palmathlon angoumois à faire usage de mes droits à l'image direct et indirect sur lesquelles je pourrais apparaître, prises à l'occasion de ma participation au palmathlon sur tous supports.

### **Sécurité**

#### **- Sécurité sur l'eau :**

- Sur le premier plan d'eau, deux bateaux de sécurité .
- Sur le second plan d'eau, un bateau de sécurité qui sera rejoint par les deux autres lorsque l'ensemble des nageurs aura franchi l'écluse.
- Présence de canoës, paddles ou flotteurs sur les plans d'eau
- **Le port d'une cagoule et d'une combinaison néoprène est obligatoire pour les nageurs.**

#### **- Sécurité à terre**

Une ambulance avec secouristes sera positionnée à l'écluse de Thouérat, et un secouriste par demi-parcours.

- L'ensemble des intervenants sécurité sera en liaison radio permanente

# GESMA

Affiliée FFESSM 02 16 007

Association loi 1901 - n°siret : 485 166 656 00010 ape 926C

Adresse postale : Chez M. François Boerkmann 12 résidence Le Pallain 16400 Puymoyen

Siège social : 64 rue Montauzier 16000 Angoulême



## CODEP 16

### Classement

Il y aura un classement récompensé « Palmathlon » avec un chronométrage englobant la NAP et la course à pied.

D'autre part, le Palmathlon étant une compétition inscrite au calendrier officiel FFESSM il y aura un classement « nage » sur 5000m et 2000m selon les normes du règlement national, à savoir :

- Classement bi-palmes ( caoutchouc )
- Classement bi-palmes fibres et monopalmes
- Classement « appui »

### Modalité d'inscription ;

Cette épreuve est ouverte aux licenciés FFESSM, avec présentation de la licence comportant une assurance RC, et du certificat médical compétition Nage avec Palmes.

Les concurrents non-licenciés FFESSM devront fournir une attestation d'assurance individuelle et un certificat médical de non contre-indication à la nage avec palmes et à la course à pied de moins d'un an. ( pour les nageurs nous proposons des assurances Open pass à 2€)

- Age minimal pour participer à cette épreuve : 16 ans
- Aucune inscription ne sera prise en compte sans la présentation des documents référencés.
- Aucune inscription pour des concurrents mineurs ne sera prise en compte sans autorisation du représentant légal.
- Chaque nageur reconnaît être conscient des risques liés à la pratique de la nage en milieu naturel. Le club organisateur ne serait être responsable des conséquences postérieure à la rencontre.
- L'organisateur se réserve le droit d'exclure tout participant durant l'épreuve pour des raisons de sécurité ou de facilité d'organisation (*retard trop important sur le gros du peloton par exemple*).

Les individuels comme les équipes seront classés sans distinction de fédération ; A l'inscription, chacun devra fournir une adresse internet.

# GESMA

Affiliée FFESSM 02 16 007

Association loi 1901 - n°siret : 485 166 656 00010 ape 926C

Adresse postale : Chez M. François Boerkmann 12 résidence Le Pallain 16400 Puymoyen

Siège social : 64 rue Montauzier 16000 Angoulême



CODEP 16

Les inscriptions se feront obligatoirement par mail ([annie.francois16@orange.fr](mailto:annie.francois16@orange.fr))

**Montant de l'inscription** : 10 € par participant

**Date limite des inscriptions** : 05 avril 2022

**Convivialité**

*Un buffet sera offert à la fin de l'épreuve .*

Contact /Informations

[http:// www.plongée-gesma.com](http://www.plongée-gesma.com)

**Tel 06 75 20 23 23**

Le comité organisateur se réserve le droit d'annuler à tout moment la manifestation pour causes d'évènements exceptionnels.

# GESMA

Affiliée FFESSM 02 16 007

Association loi 1901 - n°siret : 485 166 656 00010 ape 926C

**Adresse postale : Chez M. François Boerkmann 12 résidence Le Pallain 16400 Puymoyen**

**Siège social : 64 rue Montauzier 16000 Angoulême**