






La Grande Baie - Swimrun Belle Ile - 21 septembre 2019

23 km de Course à pied - 4 km de natation

27 km d'épreuve

- | | | | | |
|----|---|-------|---|------|
| 1 |  | 500m |  | 400m |
| 2 |  | 3800m |  | 300m |
| 3 |  | 2400m |  | 350m |
| 4 |  | 900m |  | 250m |
| 5 |  | 350m |  | 400m |
| 6 |  | 2800m |  | 250m |
| 7 |  | 1300m |  | 900m |
| 8 |  | 6600m |  | 550m |
| 9 |  | 900m |  | 450m |
| 10 |  | 4700m | | |

Remise des dossards

UNIQUEMENT LE VENDREDI

De 16.00 à 21.00 - Salle Arletty - Le Palais

PIECE D'IDENTITE OBLIGATOIRE pour chaque coureur.

Navettes

Si vous avez réservé une navette pour vous rendre sur la ligne de départ, l'horaire vous sera communiqué par mail.

Seul votre dossard vous permet d'y accéder. Nous vous recommandons d'être déjà en tenue, muni de votre sac personnalisé que l'on vous a remis avec le dossard ;

Vous pourrez le confier à l'organisation avant le départ pour le retrouver à l'arrivée.

Briefing

La présence de chaque concurrent est obligatoire. Il se fait sur l'aire de départ, 15 mn avant le départ.

Contrôle matériel

A chaque ravitaillement, des commissaires de course peuvent réaliser des contrôles aléatoires de matériel.

En cas de matériel obligatoire manquant, le concurrent est disqualifié.

Départ

Donné à 8H30

Ravitaillements

L'épreuve se déroule en autonomie relative.

Les ravitaillements ne sont disponibles que pour dépanner. Sont prévus 2 ravitaillements en solide + liquide et 2 ravitaillements en liquide.

ATTENTION: AUCUN GOBELET PLASTIQUE JETABLE NE SERA DISTRIBUE !

20h00, fermeture des courses

Tout binôme n'ayant pas atteint la ligne d'arrivée

Rappel

L'organisation se réserve le droit de changer le parcours conformément au règlement de l'épreuve.

Il est indispensable de prendre connaissance de tous les points du règlement.

Aucun dossard ne sera distribué en absence de certificat médical.

Aucun certificat médical ne sera accepté lors de la remise des dossards.

La pièce d'identité de chaque coureur est obligatoire pour retirer son dossard.