



(c) : Bourset

www.swimruncotevermeille.com

SWIMRUN-FRANCE  
CÔTE VERMEILLE

# 9<sup>e</sup> SWIMRUN CÔTE VERMEILLE



## SAMEDI 15 JUIN 2024

ARGELES . COLLIOURE . PORT-VENDRES . BANYULS . CERBERE

## SOMMAIRE

<b>INFOS PRATIQUES</b>	<b>2</b>
<b>PROGRAMME DE L'ÉPREUVE</b>	<b>3</b>
<b>RETRAIT DES DOSSARDS</b>	<b>4</b>
• ACCES - BRIEFING - CERTIFICAT MEDICAL – SAC CONSIGNE	
<b>MATERIEL OBLIGATOIRE</b>	<b>6</b>
• REMISE DES DOSSARDS	
• CONTROLE DU MATERIEL OBLIGATOIRE	
<b>ACCES AUX BUS / NAVETTES</b>	<b>8</b>
• RESERVER VOTRE SIEGE – HORAIRES – ACCES AUX BUS	
<b>ECO-RESPONSABILITE</b>	<b>11</b>
<b>REGLEMENT</b>	<b>12</b>
<b>PARCOURS</b>	<b>14</b>
• CARTE DETAILLEE - TRACE GPX – BALISAGE	
• COMPOSER SON ÉQUIPE - PASSAGE DES RELAIS	
• PROFIL ET SECTION KILOMETRIQUE - BARRIÈRE HORAIRE	
<b>ZONES D'ABANDON &amp; MODALITES</b>	<b>18</b>
• PAR SOUHAIT DU CONCURRENT - POUR RAISON MEDICAL	
• MON EQUIPIER ABANDONNE, PUIS-JE CONTINUER SEUL ?	
<b>RAVITAILLEMENTS</b>	<b>21</b>
<b>CHRONOMETRAGE, SUIVI LIVE &amp; APRES COURSE</b>	<b>22</b>
• PUCE DE CHRONOMETRAGE – SUIVI LIVE	
• PACK FINISHER - PODIUMS – RESULTATS - PHOTOS – VIDEOS	
<b>PARTENAIRES</b>	<b>23</b>
• NOS PARTENAIRES – DEVENIR PARTENAIRE	



Organisé par CHALLENGE 02  
[www.swimruncotevermeille.com](http://www.swimruncotevermeille.com)

L'ULTRA Ötillö by ZOGGS. 1ère épreuve labélisée « Ötillö Merit Race » depuis 2017.

Initiateur de la Charte « Je Swimrun Eco-responsable » en France.

1<sup>er</sup> Lauréat du Trophée RSE 2018 des Pyrénées-Orientales.

Événement inscrit dans une démarche « Développement Durable » depuis 2016.



## ZOOM sur l'événement

### PARCOURS

- 1 Territoire unique
- 6 Sites natura 2000
- 1 Parc marin
- 1 Réserve naturelle marine
- 2 Aires marines éducatives
- 5 communes
- 6 épreuves
- 35 nationalités au départ
- 157 pays sur le site internet
- 17 sections de natation
- 18 sections de course à pied
- 63 kilomètres de trace
- 1100 concurrents

### LOGISTIQUE

- 16 Bus
- 17 Embarcations motorisées
- 30 SUP / Kayaks
- 20 Ravitaillements
- 500 Sacs consignés
- 15h30 d'évènement

### SECURITE

- 500 Puces de suivi
- 22 Points de contrôle
- 25 Secouristes
- 300 Bénévoles
- 7 Postes de secours
- 11 Services de secours

### SE LOGER

Faciliter votre venue sur la côte vermeille. Découvrez les larges offres de nos hébergeurs : location meublée, hébergement de plein air, hébergement d'hôtellerie, chambres d'hôtes...

<https://www.swimruncotevermeille.com/seloger>

### RESEAUX SOCIAUX

Ne ratez plus aucune actualité de l'événement, en vous abonnant dès à présent, sur nos réseaux sociaux :

[Site Web](#) - [Facebook](#) - [Instagram](#)  
[Youtube Channel](#)

**SUIVEZ-NOUS**



## VENDREDI 14 JUIN

Horaire	Quoi	Lieu
15:30 - 20:30	Retrait des dossards	<a href="#">Esplanade Charles Trenet</a> – Avenue des Platanes, Rond-point de l'Arrivée - 66700 Argelès sur mer Précision : Le Village concurrent se situe côté promenade du front de mer
	Dépôt des sacs consignes	

## SAMEDI 15 JUIN

Horaire	Quoi	Lieu
4:20 – 4:50	Retrait des dossards	<a href="#">Esplanade Charles Trenet</a> – Avenue des Platanes, Rond-point de l'Arrivée – 66700 Argelès sur mer Précision : Le Village concurrent se situe côté promenade du front de mer
	Dépôt des sacs consignes	
4:55	Embarquement navettes	<a href="#">ATV Transport</a> – Parking du Grau, 1 avenue du Grau – 66700 Argelès sur mer Précision : A 200m du Village, vous embarquez devant les locaux « d'Argeles Tourisme Voyages »
5:10	Départ navettes	
6:15	Appel Zone de départ	<a href="#">Cap Cerbère</a> – Route d'Espagne – 66290 Cerbère Précision : Situé au pied du phare solaire du Cap cerbère
<b>6:30</b>	<b>Départ de la course</b>	
18:30 – 19:15	Remise des prix	<a href="#">Esplanade Charles Trenet</a> – Avenue des Platanes, Rond-point de l'Arrivée - 66700 Argelès sur mer
17:15 <b>ou</b> 18:45 <b>ou</b> 20:15	Embarquement navettes	<a href="#">ATV Transport</a> – Parking du Grau, 1 avenue du Grau – 66700 Argelès sur mer Précision : A 200m du Village, vous embarquez devant les locaux « d'Argeles Tourisme Voyages »
17:30 <b>ou</b> 19:00 <b>ou</b> 20:30	Retour navettes	

## RETRAIT DES DOSSARDS



où :

[Esplanade Charles Trenet](#) – Avenue des Platanes, Rond-point de l'Arrivée – 66700 Argelès sur mer



QUAND :

Vendredi : 15:30 - 20:30

Samedi : 4:20 – 4:50



### CE QUE VOUS DEVEZ PRESENTER :

- Cartes d'identités des membres de l'équipe : Photocopie acceptée
- Certificat médical « organisation » (si non renseigné et validé sur la plateforme d'inscription) OU Licence fédérale triathlon valide

A noter : **Un équipier peut, sur présentation des cartes d'identités de l'ensemble des membres de son équipe, retirer le sac de son équipe.**

## BRIEFING

Le briefing « pourra », selon notre convenance, être transmis en vidéo ou en document, ou encore être réalisé à l'oral lors de l'évènement.

**La lecture attentive de ce guide coureur, qui reprend tous les éléments du briefing, vous permettra allègrement de profiter pleinement de l'évènement sans impondérable.**

Enfin, les éléments cruciaux seront affirmés dans le sas de départ le jour de l'épreuve.

## CERTIFICAT MEDICAL



### DOCUMENTS A FOURNIR :



#### Seront acceptés :

- **Le certificat médical "ORGANISATION" datant de moins d'1 an à la date de l'évènement.** Vous pouvez télécharger le [modèle](#) – article 5.
- Une licence fédération française de Triathlon 2024. La licence FFtri 2023 sera refusée.



#### Seront refusés :

- Tout certificat médical « organisation » **présentant une date d'émission supérieure à 1 an à la date de l'évènement.**
- Tout certificat médical autre que le modèle « organisation ».
- Tout document rédigé dans une langue autre que le français (Licence ou certificat médical étranger).



### POUR ETRE VALIDÉ :

Le certificat médical « organisation » doit :

- Être dûment rempli « en français », signé et tamponné par un médecin
- Daté de moins d'un an à la date de l'épreuve
- Être téléchargé sur votre espace coureur **avant le 14 avril 2024 – 23h59.**

Les participants ne respectant pas ces conditions ne seront pas autorisés à participer à la course.

L'organisation ne fournit pas les sacs consignes !

## Avant le départ :

Chaque équipe peut si elle le souhaite déposer ses affaires dans un sac **unique et fermé** après émargement lors du retrait des dossards.

Une étiquette d'identification autocollante (numérotée, à la couleur de votre course) sera disposée dans votre poche inscription. Cet autocollant doit être placé sur l'anse du sac « unique » que l'équipe souhaite laisser à l'organisation.



Le dépôt des sacs se situe à deux endroits :

- **Sur le village d'arrivée**, la consigne est située à l'[Esplanade Charles Trenet](#).
- **Sur les sites de départ**, des zones de dépôts de sacs sont prévues jusqu'à 15 minutes avant le départ. Vos sacs seront récupérés contre émargement, par l'organisation et déposés à la consigne, située au village d'arrivée, à l'[Esplanade Charles Trenet](#).

## Après la ligne d'arrivée franchie :

Le binôme ou l'équipe récupérera son sac au village d'arrivée, à l'[Esplanade Charles Trenet](#), avant 21h30

### ATTENTION :

Aucune vérification des sacs consignes ne sera faite avant le départ. Par conséquent, il ne sera pas possible de contester le contenu des sacs récupérés. **L'Organisateur se dégage de toute responsabilité en cas de perte, vol ou détérioration.** Il est recommandé aux coureurs de ne laisser aucun objet de valeur dans ces sacs.





La Région Occitanie  
Pyrénées - Méditerranée

## FOURNISSEUR OFFICIEL DU SPORT

**85** centres de préparation aux Jeux labellisés par Paris 2024

**3** centres d'excellence sportive

**40** nations accueillies par an au CNEA de Font-Romeu (66) pour leur préparation

**200** événements sportifs accueillis chaque année, dont plusieurs grands rendez-vous mondiaux

20  
TÈRE DE JEUX  
24

## REMISE DES DOSSARDS

### FOURNIS PAS L'ORGANISATION

**BONNET DE NATATION**



Le bonnet **doit être porté** sur la tête pendant toutes les sections de natation

**LYCRA DOSSARD**



Le dossard doit être **porté correctement à tout instant** afin que vous puissiez être identifié

**PUCE DE CHRONOMETRAGE**



L'utilisation de la puce est capitale pour être suivi et classé. **Elle doit être placée au poignet et visible**

**ETIQUETTE D'IDENTIFICATION POUR LE SAC**



Elle doit être placée sur l'anse du sac unique de votre binôme que vous remettrez à l'organisation

**BRACELET NAVETTE**



Il doit être porté au poignet et présenté au chauffeur pour accéder aux navettes

**T-SHIRT**



L'organisation vous offre ce **t-shirt 100% Eco-recyclé, produit à base de bouteilles plastiques**

## MATERIEL OBLIGATOIRE

### CONTRÔLE DU MATERIEL OBLIGATOIRE

Chaque participant doit avoir avec lui tous les éléments énumérés dans la liste de contrôle de l'équipement obligatoire et doit porter tout l'équipement avec lui pendant la durée de la course, même s'il ne l'utilise pas. Tout manquement entraînera la disqualification de l'équipe.

**IMPORTANT** : Pour les coureurs, le contrôle obligatoire de l'équipement sera effectué lors du retrait des dossards. Vous devez vous présenter à la remise des dossards avec tout le matériel nécessaire pour la course.

	Obligatoire	Autorisé	Interdit
BONNET DE NATATION	✓		
LYCRA DOSSARD	✓		
PUCE DE CHRONOMETRAGE	✓		
LUNETTES DE NATATION	✓		
CHAUSSURES DE TRAIL	✓		
⚠ Gobelet pliable ⚠	✓		
⚠ Sifflet plastique ⚠	✓		
COMBINAISON	Si < à 18°C	De 18 à 24°C	Si > à 24°C
CREME ANTI-IRRITATION		✓	
PROTECTION SOLAIRE		✓	
PLAQUETTES / PULL BUOY		✓	
PALMES MASQUE TUBA			✗
BOUEES / PNEUMATIQUES			✗



**RANDO 66**

Préparez vos randonnées  
en **1 clic** sur [rando66.fr](http://rando66.fr)

TÉLÉCHARGEZ AUSSI L'APPLICATION

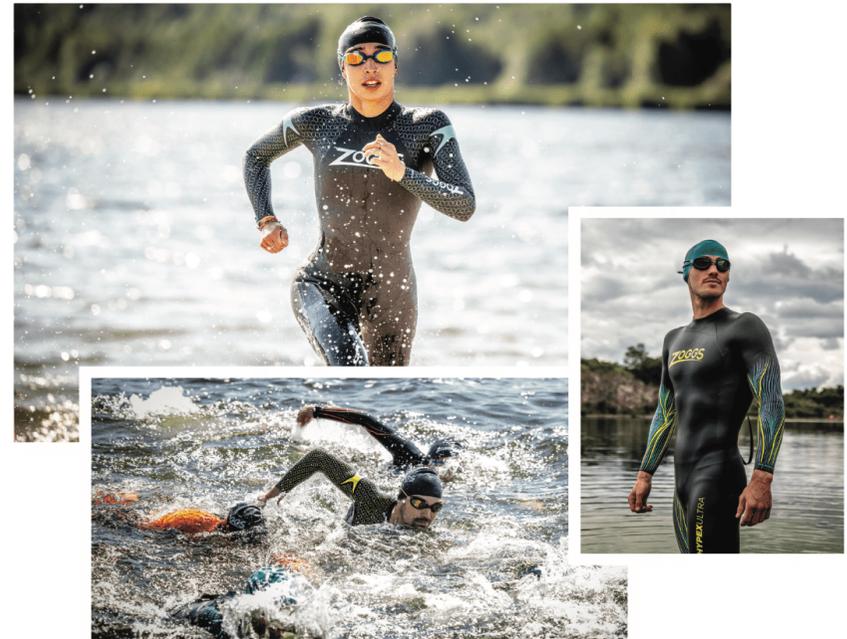
Google Play | App Store

**RANDO 66**

**PYRENEES ORIENTALES**  
le Département

Facebook | Instagram | Twitter | YouTube | [leDepartement66.fr](http://leDepartement66.fr)

# ALL SWIMMERS WELCOME



**ZOGGS**  
WETSUITS

## ACCES AUX BUS / NAVETTES



L'organisation propose un service de transport pour les coureurs au départ d'Argeles sur Mer avant chaque course et retour après la course.

Nous vous encourageons à utiliser les services de transport, afin de réduire votre empreinte carbone et d'éviter les embouteillages. Notez que les places de parking sont extrêmement limitées sur les sites de départ et les points de ravitaillement.



**OÙ :**

[ATV Transport](#) – Parking du Grau, 1 avenue du Grau – 66700 Argelès sur mer

Précision : A 200m du Village, vous embarquez devant les locaux « d'Argeles Tourisme Voyages »



**ALLER AU POINT DE RDV :**



## RESERVER VOTRE SIEGE



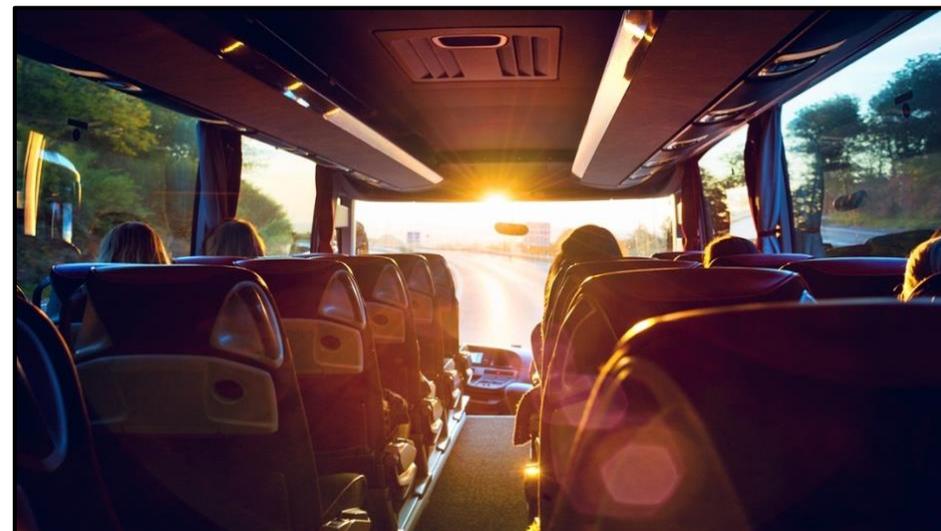
### COMMENT FAIRE :

Vous devez réserver votre siège de navette sur votre espace coureur avant l'évènement. Le billet coûte **6 euros** (par personne) et vous donne accès au bus.

Entrez dans votre mail de confirmation d'inscription, cliquez sur le lien actif afin d'accéder à votre espace coureur. Sélectionner votre Option « Navette » **avant le 1er juin**.

**Passée cette date et sans réservation, vous ne pourrez plus bénéficier du service de transport.** Notez qu'aucune vente ne sera réalisée le jour de l'évènement.

Le jour de l'évènement, vous devrez présenter votre bracelet de coureur pour embarquer dans les bus. Ce dernier vous sera remis dans votre poche coureur lors du retrait des dossards.



### HORAIRES

#### AU DEPART DE LA COURSE



50 min



**ARGELES SUR MER**  
ATV Transport

**CERBERE**  
Cap Cerbère

SAMEDI 15  
5:10

#### APRES LA COURSE



50 min



**ARGELES SUR MER**  
ATV Transport

**CERBERE**  
Centre ville

SAMEDI 15  
17:30 ou 19:00 ou 20:30



De Cerbère à Leucate,  
vous évoluez dans un  
**espace naturel  
PROTÉGÉ** Prenez en soin.



Retrouvez plus d'informations sur le  
**Parc naturel marin du golfe du lion**  
et les gestes à adopter pour le préserver :

[www.parc-marin-golfe-lion.fr](http://www.parc-marin-golfe-lion.fr)  
[parc.naturel.marin.golfedulion](https://parc.naturel.marin.golfedulion)



**CONSTATER  
CONNECTER  
SIGNALER**



**Flashez et devenez une sentinelle  
des sports et loisirs de nature**



[f](#) [@](#) [X](#) [v](#) leDepartement66.fr



Photo: B. Frankel ©066

Les valeurs du développement durable sont profondément ancrées dans l'ADN de notre course. Conscients que notre Swimrun se déroule dans l'un des plus beaux paysages naturels de France magnifique mais fragile, nous avons à cœur de le préserver et de concourir le plus éco-responsablement possible.

Nous essayons ainsi d'anticiper les principaux impacts de notre course et de les limiter : depuis le tracé, en passant par les transports, l'alimentation, la sécurité, la communication, les déchets jusqu'à la remise des prix !

### Respect des sentiers

- Utilisation des tracés de qualité déjà existants. Pas de hors sentiers afin d'éviter l'érosion et le piétinement prématurés
- Limitation des coureurs.

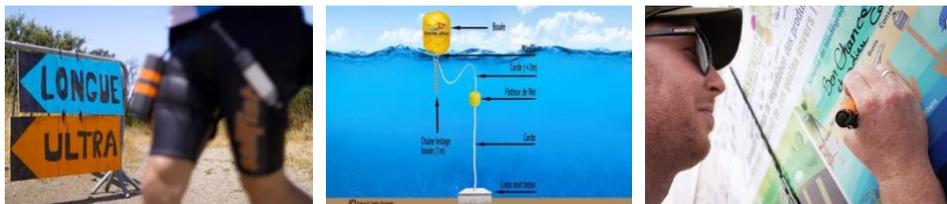
### Balises temporaire et non invasif sur l'ensemble de l'événement

- Marquage au sol à la craie.
- 162 pancartes directionnelles en bois de récupération
- 39 bouées d'ancrage écologique temporaire.

### Navettes et transport de masse

Mise à disposition de 16 navettes, cette initiative nous permet de baisser :

- De 50% les émissions de gaz à effet de serre.
- De 91% le flux routier sur la Côte Vermeille.



### Charte « Je Swimrun Eco-responsable »

- Initiateur de la Charte « Je Swimrun Eco-responsable » en France.

## ECO-RESPONSABILITÉ

### Ravitaillement & tri-sélectif

- Un système de tri-sélectif est proposé sur les 20 ravitaillements proposés, ce qui constitue une offre visible et adaptée de collecte des déchets.

- Noir : 26 poubelles + 21 conteneurs : Denrées organiques
- Jaune : 40 poubelles + 48 conteneurs : Gobelets, emballages, cartons, ...

- Suivi et quantification des déchets générés post événement.



### Green team

- Depuis 2018, un collectif de 32 coureurs, dénommé « **Green team** », véritable relai de l'organisation, veille au bon respect de nos valeurs, au sein même des épreuves

### Dotation coureur et remise de prix

- Trophées en bois de Micocouliers réalisés par les résidents, en situation de handicap d'un ESAT.
- T-shirt technique sublimé 100% éco-recyclés à base de bouteilles plastiques.



### Sensibilisation de l'ensemble des parties prenantes aux enjeux du territoire.

- informations faites auprès des coureurs, bénévoles, public, prestataires...

Avant de débiter l'épreuve, il est capital que vous preniez connaissance du règlement que vous trouverez ici, en [version complète](#).  
Nous détaillons ci-dessous certains points que nous considérons importants :

- Le dossard (lycra) est propre au binôme et intransmissible, et il doit rester visible et correctement porté durant la totalité de la course. Le bonnet de natation doit être porté sur toutes les sections natation.
- Pour des raisons de sécurité, nous n'autoriserons pas l'encordement sur la première section natation de la Kids, de la Courte, de la Moyenne & de la Longue.
- Sur les chemins partagés avec des véhicules, les coureurs doivent suivre et respecter le code de la route.
- Il est obligatoire de toujours suivre le parcours balisé et de passer par tous les points de contrôles et de ravitaillements indiqués par l'organisation. Le hors sentier est strictement interdit afin d'éviter l'érosion et le piétinement prématuré.
- Un membre de l'organisation de la course pourra arrêter le premier équipier, afin qu'il attende son co-équipier, si la distance entre les deux est jugée trop importante.



- Pour des raisons de sécurité et de durabilité, vous devez amener un sifflet plastique et un gobelet souple par personne. Il est obligatoire de porter l'équipement obligatoire pendant toute l'épreuve. L'organisation peut demander un contrôle du matériel inopiné ; le refus de le faire peut entraîner la disqualification.

**- Les coureurs doivent être irréprochables sur le respect de l'environnement et de l'ensemble des acteurs locaux, sous peine de disqualification immédiate !**

- Il est strictement interdit de jeter des débris, sous peine de disqualification. Dans chaque point de ravitaillement, vous trouverez des poubelles avec un système de tri-sélectif, où vous pourrez vous débarrasser de vos déchets.

- Un coureur qui souhaite abandonner la course doit le faire uniquement dans une zone d'abandon. Il doit en informer le responsable du point. **Ne jamais quitter l'épreuve sans se signaler et faire invalider son dossard auprès de l'organisation.**

- Si vous avez besoin de vous reposer pendant la course, nous vous demandons de le faire dans l'un de nos postes de ravitaillement.

- Tous les coureurs qui passeront après les barrières horaires seront disqualifiés.

- Afin d'assurer l'égalité entre les coureurs, quel que soit leur niveau, il est interdit de bénéficier d'une assistance personnelle et d'être accompagné sur tout ou partie de la course par une personne non-inscrite.

- En cas d'accident d'un membre du binôme, son équipier, par voie orale ou à l'aide du sifflet, doit en avertir immédiatement un bénévole ou demander à d'autres coureurs de s'en charger s'il doit rester auprès de la victime, afin de déclencher la chaîne des secours promptement.

**- La responsabilité de l'Organisation est dérogée dès abandon, disqualification pour pointage hors délai, par décision médicale ou autre décision du Directeur de Course.**

# PERFORMANCE EYEWEAR FOR SWIMMERS



PREDATOR FLEX TITANIUM

**PREDATOR**  
BY ZOGGS

## Courez, Plongez ...



### VIVEZ PYRÉNÉES MÉDITERRANÉE !



Ici les Pyrénées se baignent dans la méditerranée

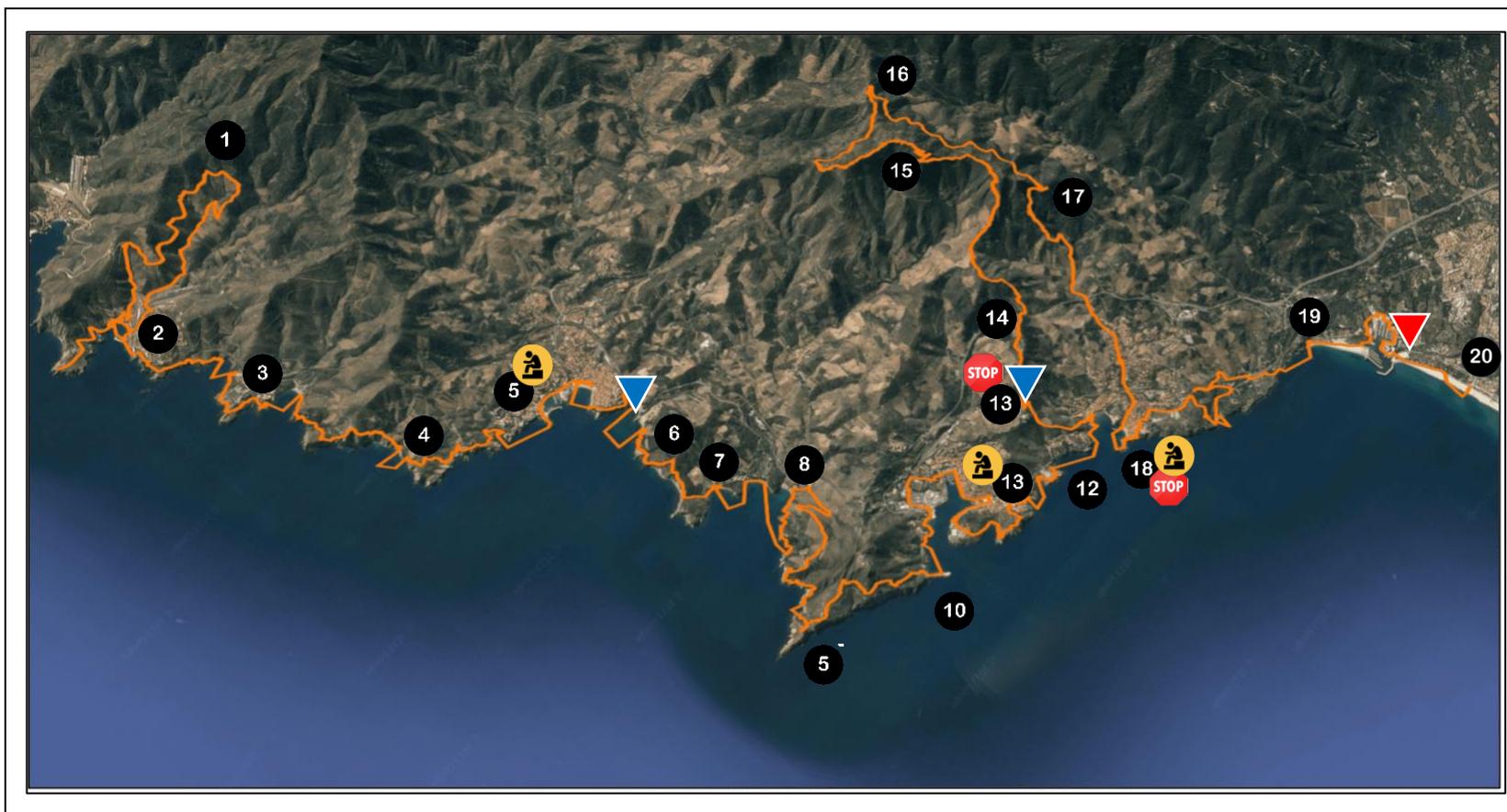


Retrouvez tous les itinéraires et les courses  
sur **Geotrek Pymed** !



**Argelès-sur-Mer**  
#montagnesurmer

## CARTE DÉTAILLÉE – GPX - BALISAGE



Distance / Dénivelé +  
63.3km / 2498m

Lieu de départ  
Cap Cerbère

Jour  
15 JUIN 2024

Heure de départ  
6:30

Passage de relais

Ravitaillements  
20 postes

Zone d'abandon  
3 postes

Barrière horaire  
16:00 / 19:30



TRACE GPX

[Télécharger](#)

[Visualiser](#)

### BALISAGE

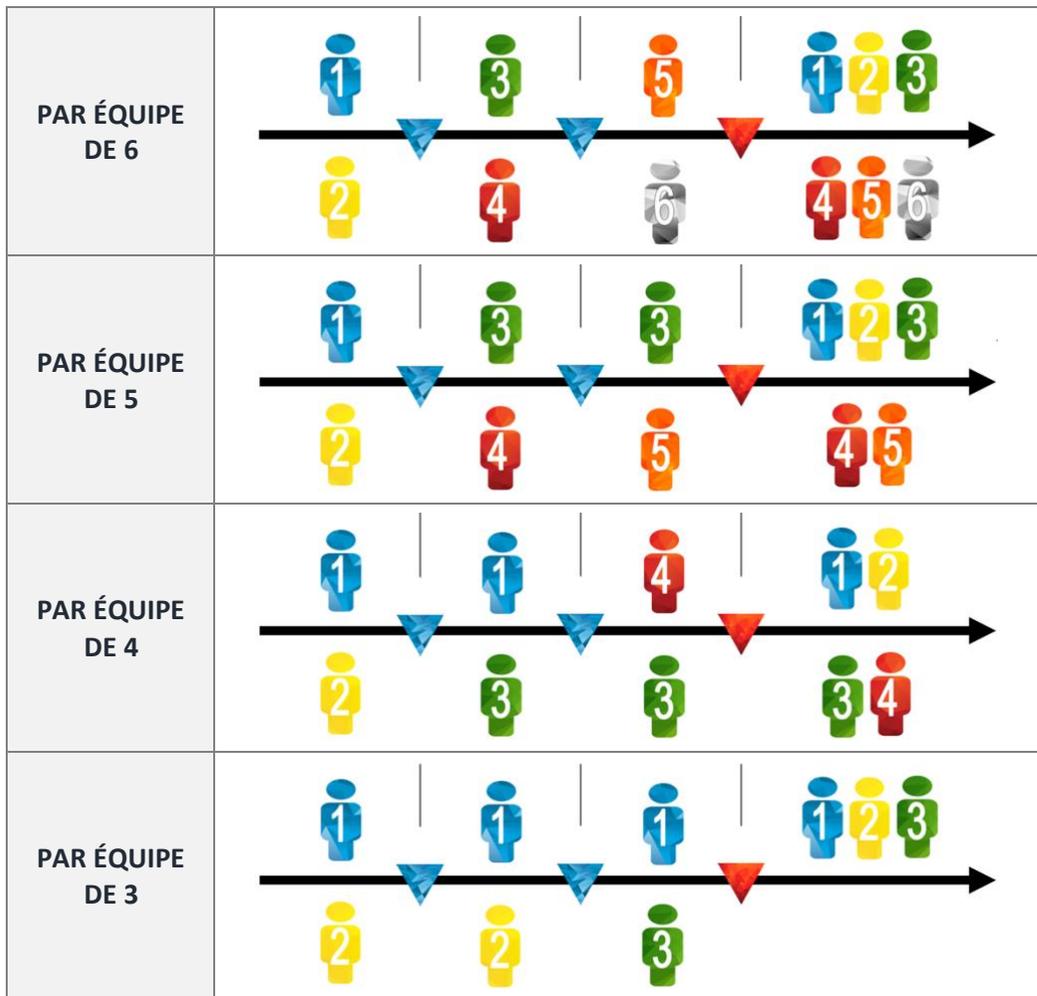
La partie aquatique est balisée avec 39 bouées de régates **jaunes** à ancrage écologique.

La partie terrestre est matérialisée au sol par des pastilles et des flèches à la craie **oranges**, affirmée par 160 pancartes directionnelles en bois de récupération qui indiquent des points nécessitant une attention particulière.

Le parcours que vous trouverez sur le site web est indicatif. Comme il peut subir quelques variations, **le jour de la course, les coureurs doivent IMPÉRATIVEMENT suivre l'itinéraire indiqué par le balisage** mis en place par l'organisation.

## COMPOSER SON ÉQUIPE

Ceci est une proposition. L'articulation des équipiers au sein de l'équipe est libre.  
**Une seule règle ! Chaque tronçon doit être réalisé en binôme.**



## PASSAGES DES RELAIS

### DÉTAILS DES TRONÇONS

#### TRONÇON 1 : "La MIX"

Cap Cerbère - Plage des Elmes : 20.6km / D+750m.

- 6 sections "SWIM" : Total : 2.83km / la + longue : 0.71km
- 7 sections "RUN" : Total: 16.67km / la + longue : 7.80km



#### PASSAGE 1er RELAIS :

Zone de mise à l'eau, Plage des Elmes - Banyuls-sur-Mer

#### TRONÇON 2 : "La SWIM"

Plage des Elmes - Fort St-Elme : 21.41km / D+820m

- 7 sections "SWIM" : Total : 4.34km / la + longue : 1.01km
- 7 sections "RUN" : Total : 15.97km / la + longue : 4.72km



#### PASSAGE 2ème RELAIS :

Zone de ravitaillement, Fort Saint-Elme - Collioure

#### TRONÇON 3 : "La RUN"

Fort St-Elme - Esplanade Charles Trenet : 23.92km / D+928m

- 4 sections "SWIM" : Total : 1.45km / la + longue : 0.5km
- 5 sections "RUN" : Total : 22.47km / la + longue : 15.20km



#### FLAMME ROUGE :

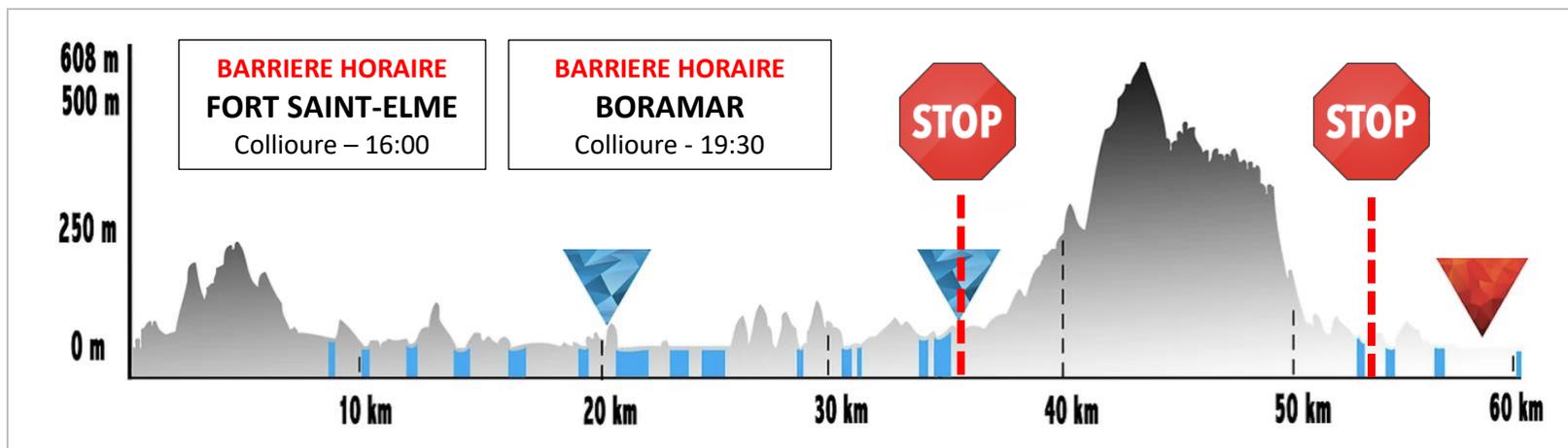
Zone de regroupement d'équipe, Promenade front de mer Sud – Argelès-sur-Mer.

**A 1km de l'arrivée, tous les membres de l'équipe se réunissent pour finir l'épreuve et franchir la ligne d'arrivée ensemble.**

#### VILLAGE D'ARRIVÉE :

Fin de course, Esplanade Charles Trenet - Argeles sur Mer.

## PROFIL & SECTIONS KILOMÉTRIQUES



**DEPART**  
**CERBERE**  
Cap Cerbère  
SAMEDI  
6:30

**ARRIVEE**  
**ARGELES SUR MER**  
Esplanade Charles Trenet  
SAMEDI  
Jusqu'à 21:00

**CERBERE - ARGELES SUR MER**

**63.3 km / D+ 2495m**

**TOTAL RUN 54.73**

**TOTAL SWIM 8.66**

<b>Tronçon N°1</b>	
RUN 1	7.80
SWIM 1	<b>0.24</b>

RUN 2	1.82
SWIM 2	<b>0.40</b>
RUN 3	1.36

SWIM 3	<b>0.45</b>
RUN 4	1.85
SWIM 4	<b>0.62</b>

RUN 5	1.69
SWIM 5	<b>0.71</b>
RUN 6	1.25

SWIM 6	<b>0.41</b>
RUN 7	0.90

<b>Tronçon N°2</b>	▼
SWIM 7	<b>1.01</b>
RUN 8	2.06

SWIM 8	<b>0.70</b>
RUN 9	0.33
SWIM 9	<b>0.86</b>

RUN 10	4.10
SWIM 10	<b>0.22</b>
RUN 11	2.52

SWIM 11	<b>0.38</b>
RUN 12	4.72
SWIM 12	<b>0.41</b>

RUN 13	0.36
SWIM 13	<b>0.76</b>
RUN 14	1.88

<b>Tronçon N°3</b>	▼
RUN 14	15.20
SWIM 14	<b>0.29</b>

RUN 15	2.10
SWIM 15	<b>0.36</b>
RUN 16	1.87

SWIM 16	<b>0.50</b>
RUN 17	2.60
Red Flag	▼

RUN 17	0.60
SWIM 17	<b>0.30</b>
RUN 18	0.10

<b>N°1</b>	<b>20.6km / D+ 750m</b>
<b>N°2</b>	<b>21.4km / D+ 820m</b>
<b>N°3</b>	<b>23.9km / D+ 928m</b>

# MODALITÉS BARRIÈRE HORAIRE

**OÙ :** [Fort Saint-Elme](#)

Chemin Saint Elme, 66190 Collioure  
 RAVITAILLEMENT N° 13  
 KILOMETRAGE CUMULE : 37.15 km



### BARRIERE HORAIRE du FORT SAINT-ELME:

- Les coureurs qui passeront au Fort St-Elme **AVANT 16:00**, poursuivront le tracé initial et partiront à l'ascension de la Tour Madeloc
- Les coureurs qui passeront au Fort St-Elme **APRÈS 16:00**, seront **disqualifiés et pourront joindre l'arrivée, s'ils le souhaitent (en respectant les « modalités d'abandon » dans ce guide)**, en empruntant **un autre itinéraire** en direction de Collioure Centre, plus court et moins vallonné.

**OÙ :** [Boramar](#)

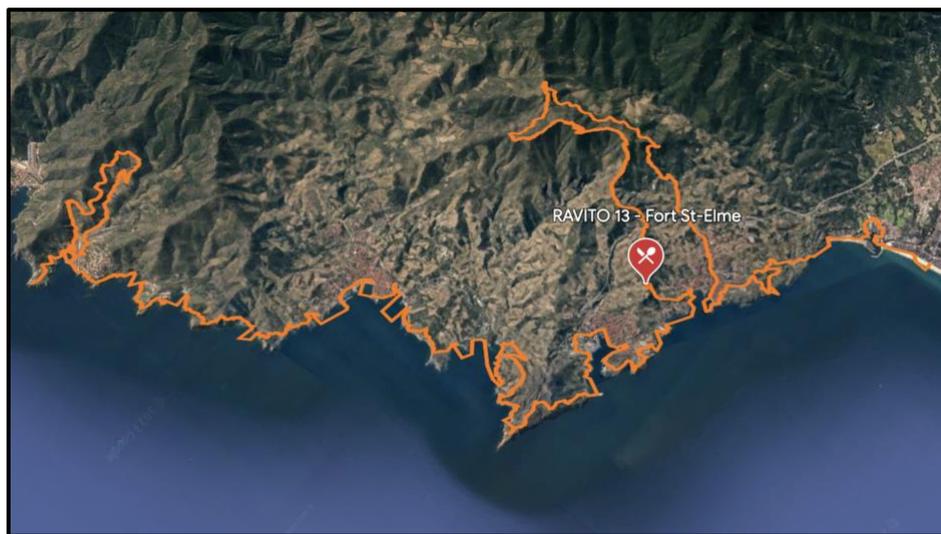
1 bd du Boramar, 66190 Collioure  
 RAVITAILLEMENT N° 18  
 KILOMETRAGE CUMULE : 54.18 km



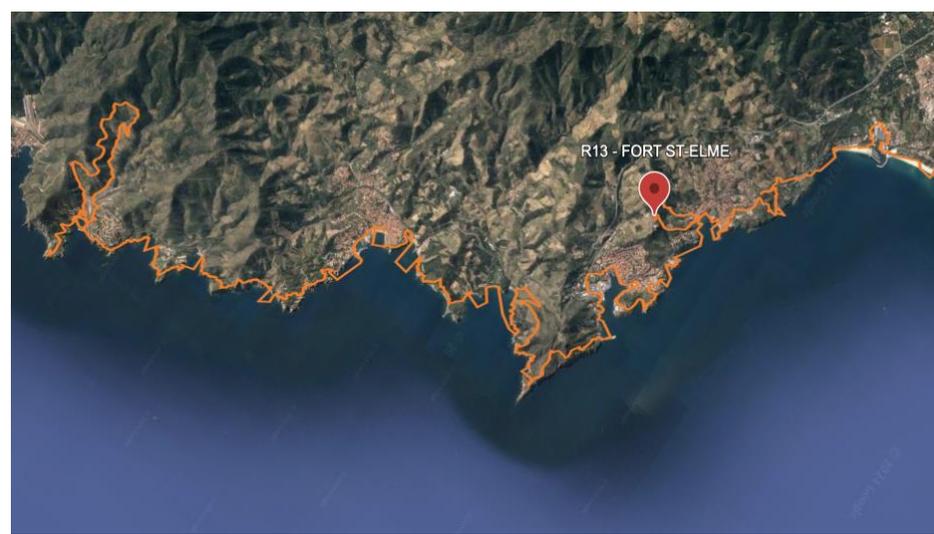
### BARRIERE HORAIRE de BORAMAR :

- Les coureurs qui passeront à Boramar **AVANT 19:30**, poursuivront pour joindre l'arrivée.
- Les coureurs qui passeront à Boramar **APRÈS 19:30**, seront **hors barrière horaire. Ils seront disqualifiés et arrêtés par l'organisation** (en raison du retrait du dispositif de sécurité).  
**L'organisation se chargera de rapatrier les coureurs au village d'arrivée.**

**BARRIERE HORAIRE**  
**PASSAGE AVANT 16:00 AU FORT SAINT-ELME**  
 63.3km / D+ 2495m



**HORS BARRIERE HORAIRE**  
**PASSAGE APRES 16:00 AU FORT SAINT-ELME**  
 49.4km / D+ 1882m



## ABANDON

### PAR SOUHAIT DU CONCURRENT



Ravitaillements		Zones abandon	Communes	Kms cumulés
N° 05		<u>Laboratoire Arago</u>	Banyuls sur Mer	15.09
N° 11		<u>Jardin du Dôme</u>	Port-Vendres	32.03
N° 18		<u>Boramar</u>	Collioure	54.18

Les coureurs doivent impérativement **joindre un de ces 3 points** pour être pris en charge et rapatrié par l'organisation au village d'arrivée situé à l'[Esplanade Charles Trenet](#) à Argeles sur Mer.

Tout abandon en dehors de ces zones (hors cas médical) ne sera pas pris en charge par l'organisation.

## ABANDON

### POUR RAISON MEDICAL

L'assistance des secours est déclenchée uniquement en cas de blessure ou de malaise induisant l'arrêt forcé de la progression du binôme.

**Un abandon volontaire ne justifie aucunement l'intervention des secours.**



En cas d'accident d'un membre d'un binôme, son équipier, par voie orale ou à l'aide du sifflet, doit en avertir immédiatement un bénévole ou demander à d'autres coureurs de s'en charger s'il doit rester auprès de la victime, afin de déclencher la chaîne des secours promptement.

Laboratoire Arago



Jardin du Dôme



Boramar



## MON EQUIPIER ABANDONNE

### PUIS-JE CONTINUER ?

Tout abandon d'un membre du binôme entraîne la disqualification de la course du binôme (soit les deux membres) ! Concernant, l'équipier en pleine possession de ses moyens et afin de ne pas le pénaliser, il pourra, **s'il le souhaite**, poursuivre l'épreuve selon les conditions suivantes :

#### ÉTAPE 1

#### REJETER SON DOSSARD A L'ENVERS

L'épreuve se déroulant en binôme, cette action permet au coureur de franchir les postes de ravitaillement sans être arrêté par l'organisation. La ligne d'arrivée franchie, le coureur reçoit sa médaille de Finisher mais n'est pas classé.

#### ÉTAPE 2

#### CONTINUER IMPERATIVEMENT AVEC LA PUCE DE CHRONOMETRAGE.

**IMPÉRATIF** : Le coureur sera ainsi localisable par les secours et l'organisation à tout instant. A défaut, son absence sur les sentiers donnerait lieu à des recherches inutiles pour le retrouver.



**NE QUITTEZ JAMAIS L'ÉPREUVE  
SANS VOUS SIGNALER  
ET FAIRE INVALIDER VOTRE DOSSARD  
AUPRES DE L'ORGANISATION**

**Important** : Une fois le dossard invalidé, l'organisation se dégage de toutes responsabilités à l'encontre des coureurs souhaitant poursuivre ou non.

Ces derniers n'auront aucun recours possible à l'encontre de l'organisation en cas d'incident ou d'accident pouvant survenir sur le parcours ou en dehors post abandon.



**PRÊT ?  
FRAIS ?  
PARTEZ !**

**TerreAzur** LE MEILLEUR DE LA NATURE  
groupe pomona À VOTRE SERVICE

**ÉCOUTEZ RTL2**  
**LE SON POP-ROCK**  
**DANS LES PYRÉNÉES-ORIENTALES**



LE SON POP-ROCK

**RTL2**  
**LANGUEDOC-ROUSSILLON**  
**CORENTIN MAGNIER**

DU LUNDI AU VENDREDI

**12H-16H**

DES CADEAUX, DES BONS PLANS ET TOUTE  
L'ACTUALITÉ POP-ROCK EN DIRECT DE PERPIGNAN

**+ DÈS VOTRE RÉVEIL,  
TOUTE L'INFO DE LA RÉGION  
AVEC RUDI GRAPPE**



**FM**  
**94.6**  
perpignan.rtl2.fr



# PRODUITS RAVITAILLEMENTS

	Postes		Zones abandon	Barrières horaires	Kms cumulés
1	Col de la Fareille				3.17
2	Port Cerbère				6.55
3	Mas les Embruns				9.02
4	Tallalauque				11.72
5	<b>Laboratoire Arago</b>				15.09
6	Sana				16.95
7	Fourat				20.01
8	Clos de Paulilles				23.56
9	Cap Bear				25.58
10	Espeluga				28.71
11	<b>Jardin du Dôme</b>				32.03
12	Les Batteries				34.52
13	Fort Saint-Elme				37.15
14	Col de Mollo				40.33
15	Tour Madeloc				43.09
16	Col de Baillaury				46.12
17	Col de la Serre				49.79
18	<b>Boramar</b>				54.18
19	Racou				59.58
20	<b>Esplanade Charles Trenet</b>				63.30

Nature des ravitaillements		
<b>PRODUITS FIXES</b>		
<b>PRODUITS ALEATOIRES</b>		

## PUCE DE CHRONOMETRAGE

Nous remettons une puce de chronométrage par binôme qui devra être **disposé sur le poignet** d'un des deux membres.

- La puce est l'identifiant du binôme.

- **IMPORTANT : Le bracelet doit être visible !**

- **Veillez à vérifier & informer qu'il ne doit en aucun cas être placé sous la combinaison**



## PACK FINISHER



## SUIVI LIVE SUR SMARTPHONE

Pour cette édition, **22 balises de contrôles** seront disposées sur l'ensemble du parcours pour suivre l'évolution et le bon respect de la trace par les coureurs.



Durant l'épreuve et à chaque passage d'une balise de contrôle, les coureurs seront pointés.

L'évolution des coureurs pourra être suivi d'un smartphone grâce à **un lien actif que nous vous communiquerons une semaine avant l'évènement via nos réseaux sociaux.**

**Ce lien actif prendra toute sa valeur une fois le départ de l'épreuve lancée.**

## APRÈS COURSE

- **REMISE DES PRIX / PODIUMS :**  
Consulter le programme de l'épreuve sur ce guide
- **Accès aux PHOTOS :** [Cliquer ici](#)
- **Accès aux VIDÉOS :** [Cliquer ici](#)
- **Accès aux RÉSULTATS :** [Cliquer ici](#)
- **Remplir l'ENQUÊTE DE SATISFACTION :** [Cliquer ici](#)

Le chronométrage s'effectue de la ligne de départ jusqu'au passage de la ligne d'arrivée du second de l'équipe.

**Les trois premières équipes au scratch seront récompensés : Hommes, Femmes et Mixtes, toutes catégories confondues.** Il n'y aura pas de classement par catégorie.

**Les coureurs absents ne recevront pas leurs trophées et leurs lots.** Les horaires des remises de prix sont notifiés dans ce guide sur le « **programme de l'épreuve** ».

## NOS PARTENAIRES

### NOS PARTENAIRES PRINCIPAUX



### NOS PARTENAIRES



### ILS NOUS SOUTIENNENT



#### DEVENIR PARTENAIRE

Ils nous font confiance !  
 Vous souhaitez intégrer l'équipe **Swimrun Côte Vermeille** lors de la prochaine édition, en qualité de **PARTENAIRE**.  
 Contactez-nous.

<https://www.swimruncotevermeille.com/devenirpartenaire>