



SWIMRUN • FRANCE CÔTE VERMEILLE

7a EDICIÓN

**1 TERRITORIO
5 CIUDADES
5 CARRERAS
6 SITIOS NATURA 2000
550 EQUIPOS**

17 & 18 de Junio de 2022
¿ Te atreverás a asumir el desafío !?



SOCIOS PRINCIPALES



••• ARGELES SUR MER • COLLIOURE • PORT-VENDRES • BANYULS SUR MER • CERBERE •••

LIBRO DE RUTA

LA KIDS

 3.8km
 D+46m

by **ARGÈLES
PHC-
TO
NATURE**
EXPO PHOTO
À CIEL OUVERT

- Página 3** : NOTICIAS PRACTICAS (Alojarse, Zoom en el evento...)
- Página 4** : PREGUNTAS MÁS FRECUENTES (Info esencial ¡!)
- Página 5** : PROGRAMA DE CARRERA (horas y lugares...)
- Página 6** : ACCESIBILIDAD AL BRIEFING Y SITIO DE LLEGADA
- Página 7** : HOJA DE DISTANCIAY ALTIMETRICA DEL CARRERA
- Página 8** : IMPLANTACIÓN DEL SITIO DE LLEGADA
- Página 9** : LIBRO DE RUTA
- Página 11** : ABASTECIMIENTO & SEPARACIÓN DE RESIDUOS
- Página 13** : NUESTROS SOCIOS



LA KIDS



Organizado por CHALLENGE 02

contact@swimruncotevermeille.com
www.swimruncotevermeille.com

L'ULTRA. Primera prueba francesa etiquetada «**ÖTILLÖ SWIMRUN MERIT RACE**»



Iniciador de la Carta « JE SWIMRUN ÉCO-RESPONSABLE » en France



1^{ER} laureado del TROFEO RSE 2018
En los Pirineos Orientales



ZOOM Sobre el EVENTO

CARRERA.....
1 Territorio Único
6 Sitios Natura 2000
1 Parque Marino
1 Reserva natural marina
1 Área marina educativa
5 Ciudades
5 Pruebas
17 Partes de Natación
18 Partes de Carrera
64 Kilómetros
1100 Competidores

LOGÍSTICA.....
20 Autobús
18 Barcos Motorizados
30 SUP / Kayaks
20 Abastecimientos
1000 Bolsa de asistencia
15h30 de Evento

SEGURIDAD.....
500 Pulga de seguimiento
6 Osteópata
6 Fisioterapeuta
30 Socorrista
320 Voluntarios
7 Puesto de socorro
11 Servicios de Salvamento

ALOJARSE

Haga su visita a Côte Vermeille más fácil. Descubra las numerosas ofertas de nuestra región: alquiler amueblado, alojamiento al aire libre, alojamiento en el hotel, alojamiento y desayuno ...

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

NUESTROS SOCIOS

¡Confían en nosotros!
Quieres unirse al equipo de Swimrun Côte Vermeille para la próxima edición, como SOCIO. Póngase en contacto con nosotros.

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

PREGUNTAS MÁS FRECUENTES

LA KIDS

EQUIPO DE CARRERA OBLIGATORIO Y PROHIBIDO

Cada competidor acuerda tener el equipo de carrera obligatorio durante todo el evento y presentarlo durante las inspecciones de la organización sin previo aviso, bajo pena de descalificación.

Equipo Obligatorio :

- 1 GORRO DE NATACIÓN DE LA CARRERA **por persona**, que se lleva obligatoriamente en la cabeza de las partes de natación, (proporcionada por la organización).
- 1 SILBATO a mano **por persona**.
- 1 PAR DE ZAPATOS adaptados por persona.
- 1 TRAJE DE NEOPRENO **por persona** si la temperatura del agua es inferior a 18 ° C. Entre 18 ° C / 24 ° C no es obligatorio. ¡Por encima de 24 ° C, ella estará prohibido! **El inicio del evento será rechazado en caso de incumplimiento de estas reglas.**

T ° del mar el pasado junio - promedio 19.6 ° - mínimo 16.8 ° - máximo 23.9 °.

Equipo Autorizado (lista no exhaustiva)

- Paleta de mano / Pull Buoy
- Crema antifricción orgánica y protector solar orgánico (Ex : Alphanova)

- Usar cuerda está permitido, pero no es obligatorio, y no debe ser > 4m y debe ser liberable.

Por razones de seguridad, estará prohibido en la primera sección de natación.

Equipo formalmente prohibido, bajo pena de descalificación.

- Equipo inflable de más de 100cm x 60cm,
- Equipo de **snorkel, aletas o todos equipos motorizados.**

PACK FINISHER



PROGRAMA

LA KIDS

SÁBADO de 18 de JUNIO

RETIRADA
De los **DORSALES**

RETIRADA de los DORSALES Y DEPOSITO de BOLSAS	8h45-9h15	PLAGE DU RACOU Poste de secours – Avenue Torre d'en Sorre 66700 Argelès sur Mer
LLAMADA DE LOS COMPETIDORES	9h15	
SALIDA DE LA KIDS	9h30	
LLEGADA	Desde 9h50	ESPLANADE CHARLES TRENET Podium – Avenue des Platanes Rotonda de llegada - 66700 Argelès sur mer
PREMIOS	----	Cada finalista recibirá una medalla personalizada. Esta animación no será clasificada.

MODALIDADES

Podrá recoger sus dorsales con la presentación de las **TARJETAS DE IDENTIDAD** de los 2 compañeros de equipo.

>>> Fotocopias aceptadas.



La prueba se lleva a cabo por equipo de **DOS**:

- > 1 NIÑO + 1 ADULTO o
- > 1 NIÑO + 1 NIÑO



**RETIRADA de los DORSALES
SALIDA DE LA KIDS**

PLAGE DU RACOU

Poste de secours

Avenue Torre d'en Sorre

66750 Argelès sur Mer

- Retirada dorsales : 8h45-9h15
- Salida de la course : 9h30



2.5KM



**ATLETAS PUEBLO
LLEGADA ÁREA**

*Rotonda de llegada.
Jonction avenue des
Platanes & avenue du Grau
66750 Argelès sur Mer*



HOJA DE DISTANCIA

LA KIDS



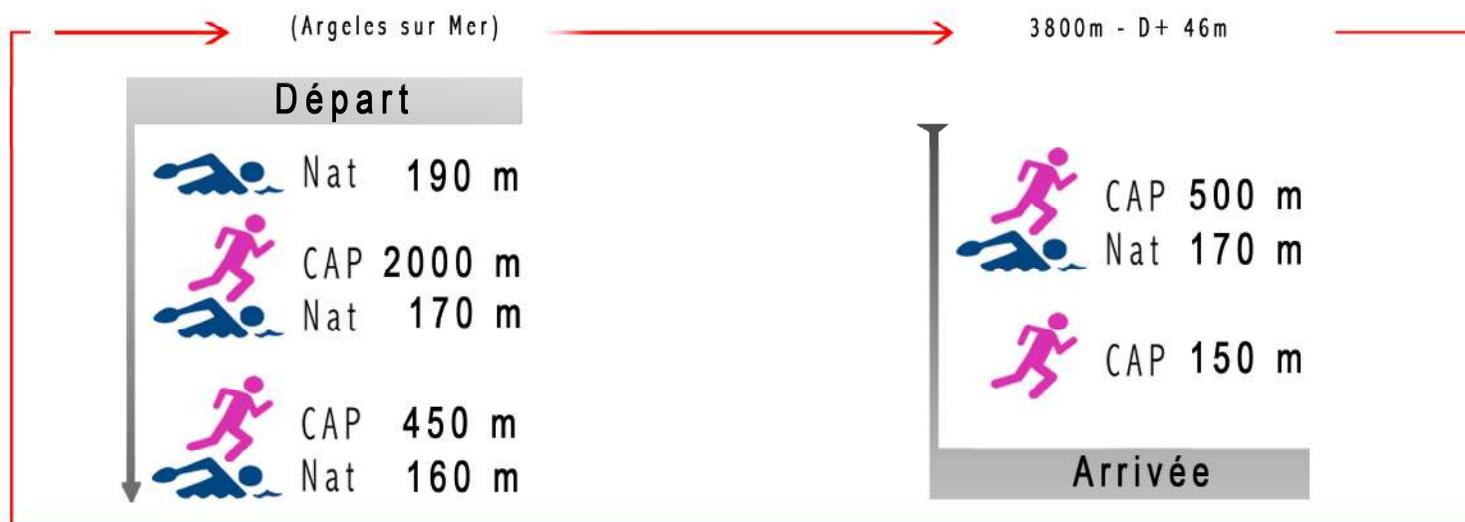
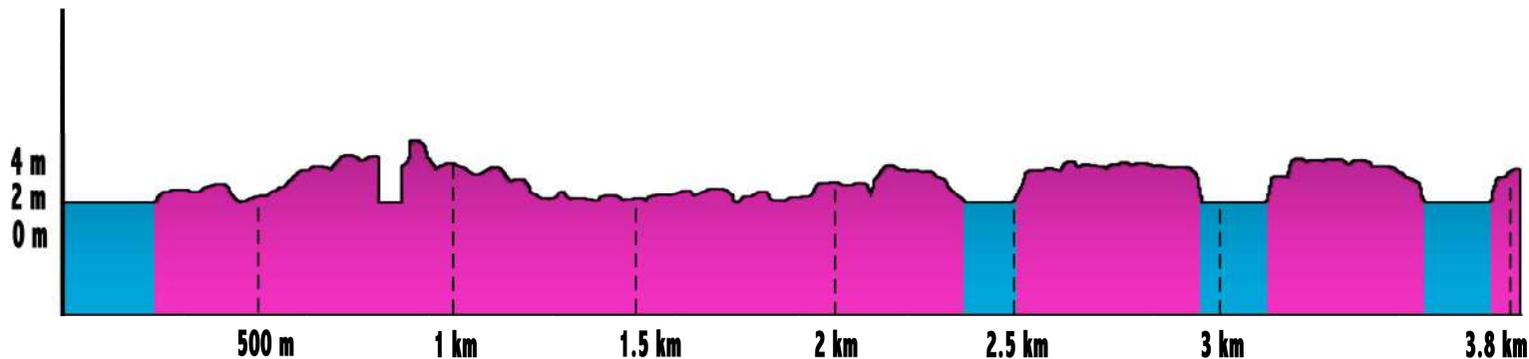
NADAR

4 Partes

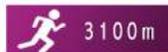


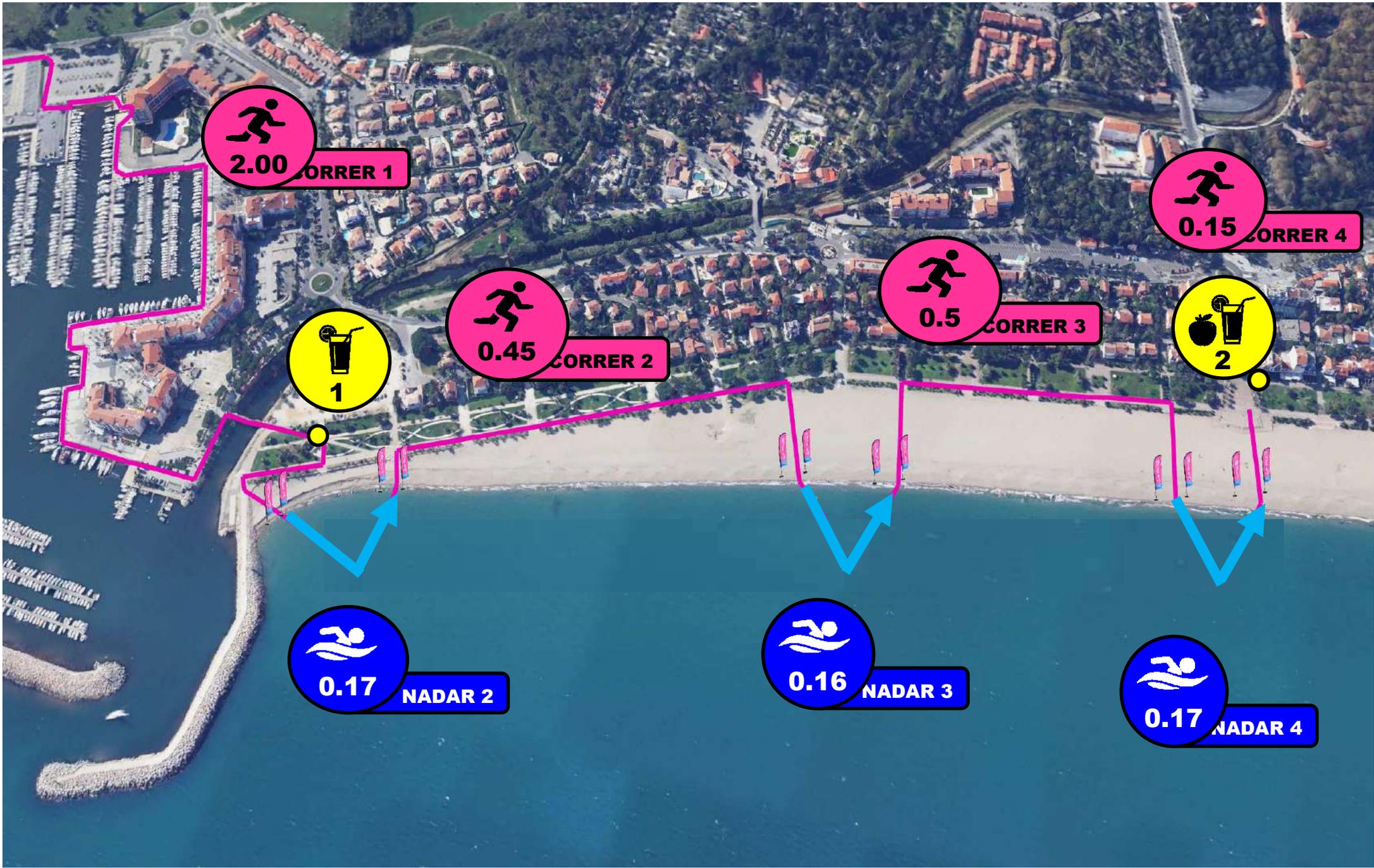
CORRER

4 Partes



KIDS





2.00

CORRER 1

0.15

CORRER 4

0.45

CORRER 2

0.5

CORRER 3

2

1

0.17

NADAR 2

0.16

NADAR 3

0.17

NADAR 4



SALIDA DE LA KIDS
9H30
Plage du Racou
Poste de Secours
66700 Argelès sur Mer

2.00 CORRER 1

1

0.19 NADAR 1

0.17 NADAR 2

ABASTECIMIENTO

LA KIDS

SEPARACIÓN DE RESIDUOS BY



4 ABASTECIMIENTO



Agua estancada
Agua con gas
Sirope



Cola



Zumo de
Manzana



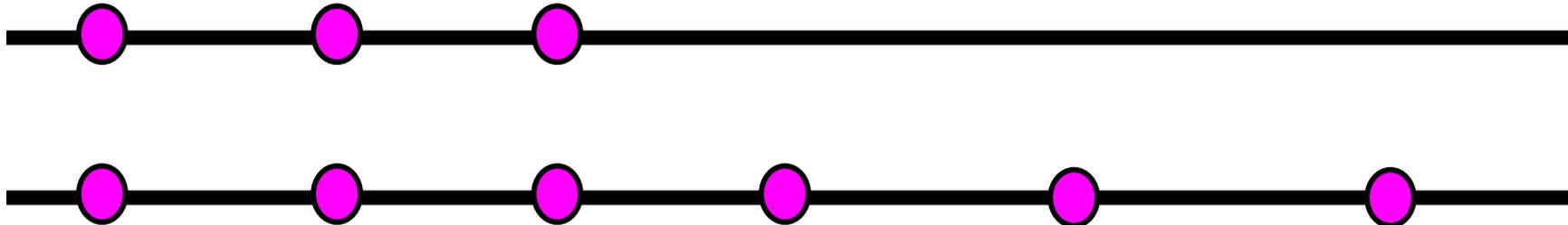
Naranja
Sandía
Plátano
Uva seca
Melón



Galleta salada
Maní



Dulce de frutas
Barras de energía



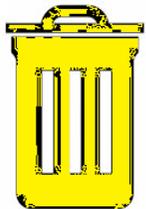
SEPARACIÓN DE RESIDUOS

LA KIDS

PUNTOS DE RECOGIDA FIJOS Y ADAPTADOS

Ofrecemos 20 puntos de abastecimiento fijos a lo largo del curso, es decir, 1 cada 3.5 km aproximadamente, que es una recolección de residuos visible y adaptada. Un sistema de separación de residuos ha estado en funcionamiento desde el inicio de esta gran aventura, con el apoyo de Sydetom66: experto en la recolección, tratamiento y recuperación de residuos.

JE SWIMRUN ÉCO-RESPONSABLE YO ORDENO MIS RESIDUOS !!!



**TAZAS
EMBALAJE
CARTÓN
PAPEL / ALUMINIO
PLÁSTICO ...**



**ALMIENTOS
ORGÁNICOS
MONDADURAS
...**

Paralelamente, hemos creado un colectivo de corredores, llamado "Equipo verde", que garantiza el respeto de nuestros valores, incluso dentro de los eventos.

Además, en aras de la mejora continua, cuantificamos los desechos mediante la identificación del número de bolsas arrojado como desechos y reciclaje por puesto de abastecimiento. Por lo tanto, podemos trabajar con el objetivo de reducir lo más posible los desechos generados, en las futuras ediciones.

CARTA : "JE SWIMRUN ÉCO-RESPONSABLE"



Bajo la iniciativa inspirada de 18 Spring (sociedad de comunicación responsable), hemos introducido el estatuto " Je Swimrun Eco-responsable". Por lo tanto, durante la sesión informativa, cada uno de los participantes firma la Carta al colocar su firma con el marcador permanente. Más que sólo leer, es un verdadero compromiso físico.

NUESTROS SOCIOS

GRACIAS

NUESTROS SOCIOS PRINCIPALES



NUESTROS SOCIOS





NOS APOYAN

