

2ème Open International Aqua Walking de Martinique

22 et 23 février 2025

Plage de la Pointe Marin



DOSSIER COMPETITEUR



2ème Open International Aqua Walking de Martinique

SAVE THE DATE !!!!!

Vous étiez nombreux à participer à la première édition de l'Open International Aqua Walking de Martinique qui a été un grand succès avec la présence de longueur venant de différentes régions de France, Italie, Guadeloupe, Saint-Martin et sans oublier nos clubs locaux tout cela dans une chaleureuse ambiance sur le site de la compétition.

La 2ème édition se tiendra les **samedi 22 et dimanche 23 février 2025** sur l'une des plus belle plage de la Martinique où se conjugue plage de sable blanc, eau chaude (27°) ciel bleu et couchers de soleil mémorables, dans une ambiance exotique et sportive.

Nous vous invitons à nous rejoindre pour deux jours de compétitions sous le soleil des Antilles dans une ambiance festive et conviviale!

La première journée comprend des épreuves de :

- 50m Solo mono pagaie (F/H) (licencié(e)s FFRandonnée)
- 200m Solo main nues (F/H) (épreuve pour tous)
- 400m Binômes libre (F/H/Mixtes) (licencié(e)s FFRandonnée)
- 4 X 50m relais par Région/Equipe (Mixte 2F/2H)

Et un parcours "Trail Longe Côte Slalom" non chronométré pour les jeunes locaux

La deuxième journée sera essentiellement axée sur un trail longe côte de 6,3 km en individuel ou en binôme à mains nues **ouvert à tous**.

Vous trouverez ci-après toutes les informations concernant l'organisation de l'Open.

Les inscriptions se font en ligne sur le site de l'OIAW de Martinique www.oiawmartinique.com et les paiements sur Helloasso.

Profitez du séjour que nous vous proposons dans le cadre de l'Open du 17 février au 03 mars 2025. L'occasion de vivre un voyage exceptionnel en Martinique où vous découvrirez ses trésors cachés, sa biodiversité, son héritage culturel diversifié, le tout dans un cadre paradisiaque.

Informations et inscriptions : 0696 93 76 09 / 0696 30 81 70

Nous avons hâte de vous recevoir!!!

A très bientôt!

Gilles VICROBECK

Président du Comité de la Randonnée Pédestre de la Martinique



REGLES

Les épreuves

Formats	Types	Distances	Catégories
Solo	Mono Pagaie	50m	F / H
Solo	Mains nues	200m	F / H
Binômes	Libre	400m	F / H / Mixtes
Relais	Mono Pagaie	4 x 50m	Mixtes 2F/2H
Trail longue côte	Course en individuelle ou en binôme à mains nues	6320m	F / H / Mixtes

Un compétiteur peut participer à plusieurs épreuves. Les épreuves du 50m Pagaie, 4x50m Mono Pagaie et 400m Binôme sont réservées aux clubs affiliés FFRandonnée. L'épreuve de 200m mains nues et de Trail longue côte sont ouvertes à tous.

Ordre de départ des compétitions

1^{ère} journée :

Epreuve 1 : 400m binôme libre (licencié(e)s FFRandonnée)

Epreuve 2 : 50m solo mono pagaie (licencié(e)s FFRandonnée)

Epreuve 3 : 200m solo à mains nues (épreuve pour tous)

Epreuve 4 : Relais mixte 4x50m mono pagaie (par région/équipe)

« Trail longue côte Slalom » épreuve non chronométrée à l'attention des jeunes

2^{ème} journée :

Trail longue côte : 500m en longue côte + 1080m à pied à réaliser 4 fois (épreuve pour tous en individuelle ou en binôme)

Les catégories

Un compétiteur sera classé dans la catégorie d'âge correspondant à l'âge qu'il aura dans le courant de l'année 2025.

- ❖ Seniors : 18-39 ans
- ❖ Master 1 : 40-49 ans
- ❖ Master 2 : 50-59 ans
- ❖ Master 3 : 60-69 ans
- ❖ Master 4 : 70 ans et plus

Catégories par genre

La mixité de catégorie d'âge dans une équipe est autorisée. C'est l'âge du plus jeune compétiteur qui détermine la catégorie de classement.

Description et déroulement des épreuves

50m Mono Pagaie

Les départs seront effectués selon le type en contre la montre individuel toutes les 1 minute.

200m Solo

Les concurrents sont à mains nues. Ils ne peuvent pas utiliser d'outils de propulsion ni de gants palmés.

Les départs seront effectués selon le type en contre la montre individuel toutes les 30 secondes ou 1 minute suivant le nombre d'engagés.

400m Binôme

Si les participants utilisent des engins de propulsion, les engins de propulsion doivent être de même nature pour les deux compétiteurs.

Le chrono enregistré pour le binôme est pris sur le dernier coéquipier de l'équipe lorsqu'il passe la ligne d'arrivée.

Les coéquipiers d'un binôme peuvent effectuer autant de relais dans l'eau qu'ils le souhaitent.

Les départs seront effectués selon le type en contre la montre par équipe toutes les 30 secondes ou 1 minute

Relais mixte mono pagaie 4x50m

Course par équipes de 4 athlètes des différents régions et pays (2 femmes et 2 hommes) sur un circuit de 50 m avec un départ/arrivée de la plage.

L'épreuve est réalisée par élimination sous forme de duel entre équipes. L'équipe gagnante est celle dont le dernier coéquipier franchit la première la ligne d'arrivée. L'ordre de départ des équipes se fera par tirage au sort.

L'ordre de départ de chaque athlète d'une équipe est libre.

Les relais seront effectués en touchant la main du concurrent qui est relayé. Le compétiteur qui prend le relais doit toujours avoir les pieds en arrière de la ligne de départ.

Les départs/arrivées se font depuis la plage. Il est possible de courir depuis la plage entre la ligne de départ et le piquet de la zone de longe et lors de la sortie de l'eau, depuis le piquet de la zone de longe jusqu'à la ligne d'arrivée sur la plage.

Trail longe côte (épreuve qualificatif zone Antilles et CDF 2025)

Le Trail Longe Côte est une épreuve combinée de longe côte et de course à pied en individuelle ou en binôme.

2 départs groupés seront donnés : 1 premier départ pour les hommes suivit 5 minutes après par le départ des femmes.

Cette épreuve chronométrée comprend 4 tours, le dernier tour sera annoncé par un moyen sonore (cloche).

Il est possible de courir depuis la plage entre la ligne de départ et le piquet de la zone de longe et lors de la sortie de l'eau, depuis le piquet de la zone de longe jusqu'à la ligne d'arrivée sur la plage

Une surveillance de l'épreuve est réalisée par les arbitres tout au long du parcours avec application des sanctions prévues sur les autres compétitions en cas de constat d'infraction.

Le port de chaussures à semelle rigide type "trail" est obligatoire pour cette épreuve.

Les comportements sanctionnés

Sanctions attribuées aux compétiteurs pour non-respects des règles et techniques de pratique du longe côte :

- **Non-respect du bon niveau d'immersion (BNI)** : le BNI se vérifie face au compétiteur et consiste à avoir le bassin dans l'eau. **Application d'un Stop & Go**
- **Non-respect du pas du longeur** : interdiction de courir, de pousser, de tirer ou de tenir un équipier. **Application d'un Stop & Go**
- **Non-respect de la règle de rattrapage** : tout compétiteur ou équipe rattrapé doit s'écarter pour laisser passer le rattrapant afin de ne pas entraver son évolution et lui laisser le BNI favorable. **Application d'un Stop & Go**

- **Interdiction de profiter de l'aspiration créée par un compétiteur (excepté pour l'épreuve de Trail Longe Côte) :** Afin d'éviter les contacts il est interdit d'utiliser le moyen de propulsion lors de la phase de dépassement côté compétiteurs. Il est également interdit de profiter de l'aspiration ainsi créée par un compétiteur (un espace suffisant est à respecter sauf pendant la phase de dépassement). **Application d'un Stop & Go**
- **Non-respect de la règle de contournement :** se fait toujours Mer Terre.
Application d'un Stop & Go
- **Prise d'appui sur un point de contournement**
Application d'un Stop & Go
- **Heurt ou prise d'appui volontaire d'un point de contournement en le faisant chuter.**
Carton rouge, disqualification
- **En cas de faux départ**
1^{er} faux départ : **retour au point de départ**
2^{ème} faux départ par le même compétiteur ou équipe : **carton rouge, disqualification**
- **En cas de non-présentation du compétiteur ou de l'équipe complète en chambre d'appel à l'horaire prévu**
1^{er} appel : **prendre le départ en dernier**
2^{ème} appel **1 minutes après le 1^{er} appel : carton rouge, disqualification**

Application d'un Stop & Go :

L'arbitre siffle et marque un angle droit avec ses deux mains. Le compétiteur ou l'équipe s'arrête. Dès l'arrêt effectif et complet du compétiteur ou de l'équipe, l'arbitre siffle et lève le bras, le compétiteur ou l'équipe repart.

La règle du BNI : se juge sur le longueur de tête

Pour rappel : le port de chaussures avec crampons vissés style chaussures de football ou à pointes est strictement interdit. Le dossard doit être porté sur la partie haute de la poitrine et visible.

En plus des motifs notifiés ci-dessus, une équipe ou un compétiteur peuvent être disqualifiés, sur décision motivée du jury, pour tout manquement grave au règlement notamment en cas de :

- Non-respect des règles de chronométrage
- Equipe incomplète à l'arrivée
- Tenue incorrecte (port de chaussures avec crampons style chaussures de football ou à pointes, mauvaise position du dossard ou de la puce de chronométrage)
- ❖ Non-respect des consignes données par un officiel
- ❖ Non-assistance à un compétiteur en difficulté sollicitant de l'aide
- ❖ Abandon de déchets divers, pollution ou dégradation des sites par un compétiteur ou un membre de son entourage
- ✓ Attitude/comportement antisportif, insultes, impolitesse ou menaces proférées à l'encontre de tout membre de l'organisation, de tout bénévole et compétiteur
- ✓ Dopage ou refus de se soumettre au contrôle anti-dopage

Toute équipe disqualifiée n'est pas classée.

Textes applicables

- ✓ Règles d'organisation des compétitions de longe côte du mémento Fédéral

LES PLANS

Plan et description du site

Description

La Plage de la Pointe Marin se situe à Sainte Anne dans le sud de la Martinique. Elle possède un joli sable blond et une mer calme et dotée d'une couleur azur fort agréable. Des arbres notamment des raisiniers longent la plage et abritent les visiteurs lorsque le soleil est au Zénith. Les commodités comme les bars, les restaurants, les snacks mais aussi la baignade surveillée font de cette plage, un lieu familial où il fait bon vivre une journée complète.

Contexte environnemental

Parc marin de la Martinique depuis 2017. Présence de raie, petite carangue, méduse « zofi ».



Accès

Accès en arrivant du Marin via D9, rond-point « le moulin de Val d'Or » prendre à droite Plage du Marin.

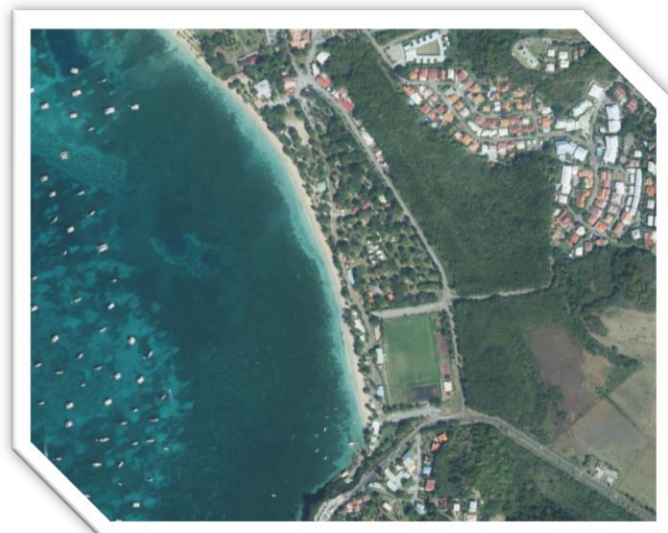
Coordonnées GPS : 14442433 – 60880758

Aspect sécurité

Ensoleillement, prévoir protection solaire

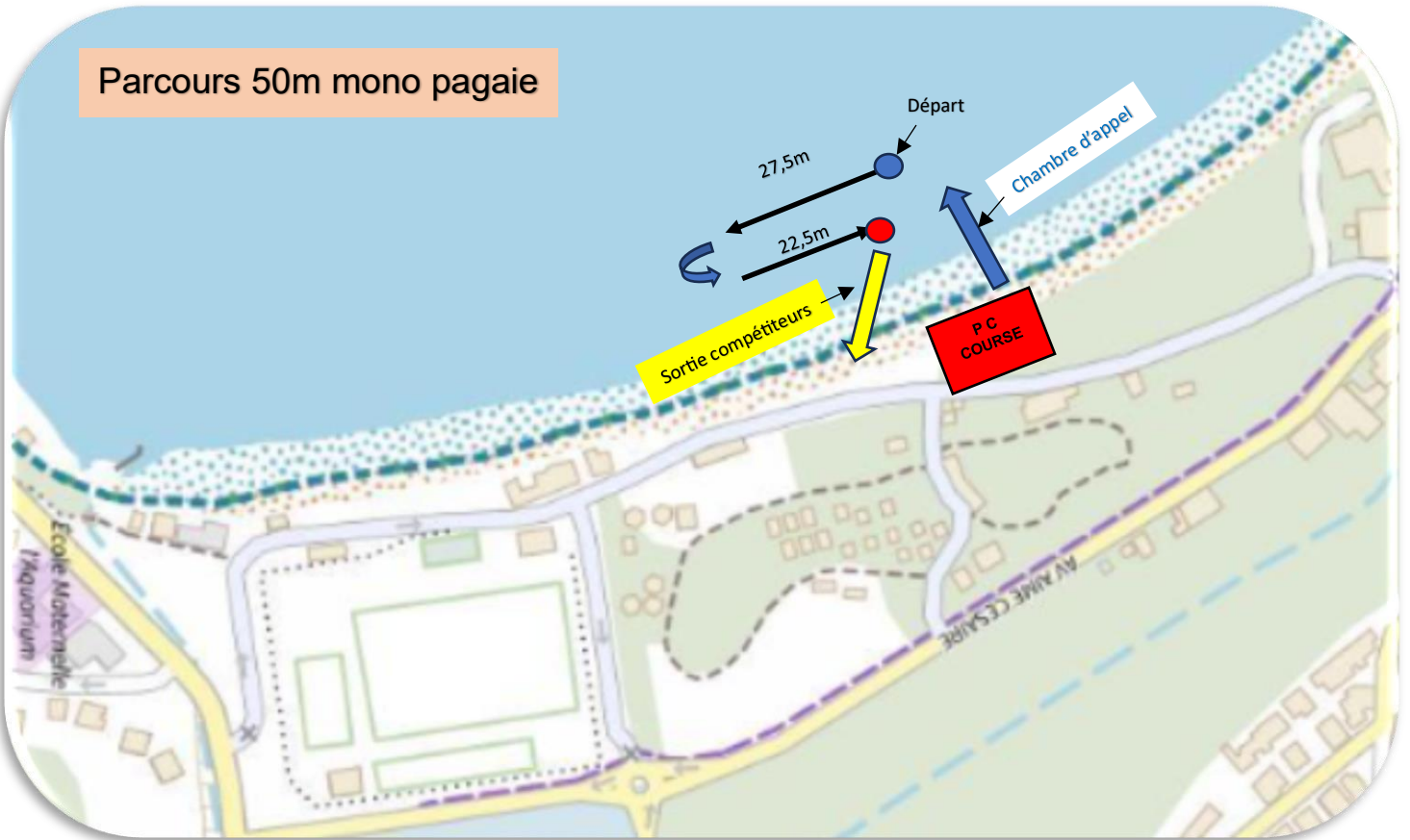
Difficultés liées aux marées et/ou aux saisons

Pas de difficulté mer peu mouvementée
Vent de Sud-Ouest
Présence de houle par vent d'Est

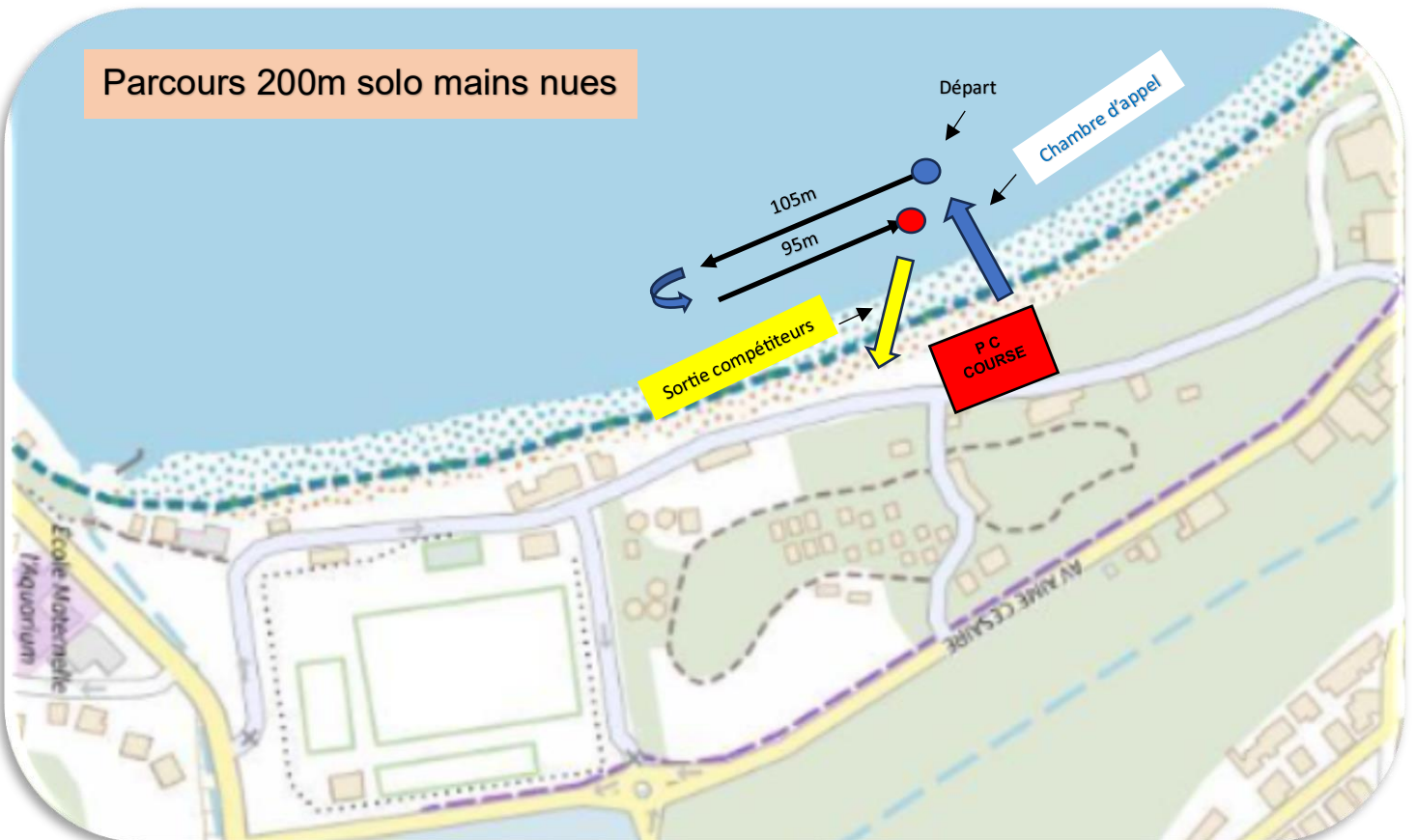


Les parcours

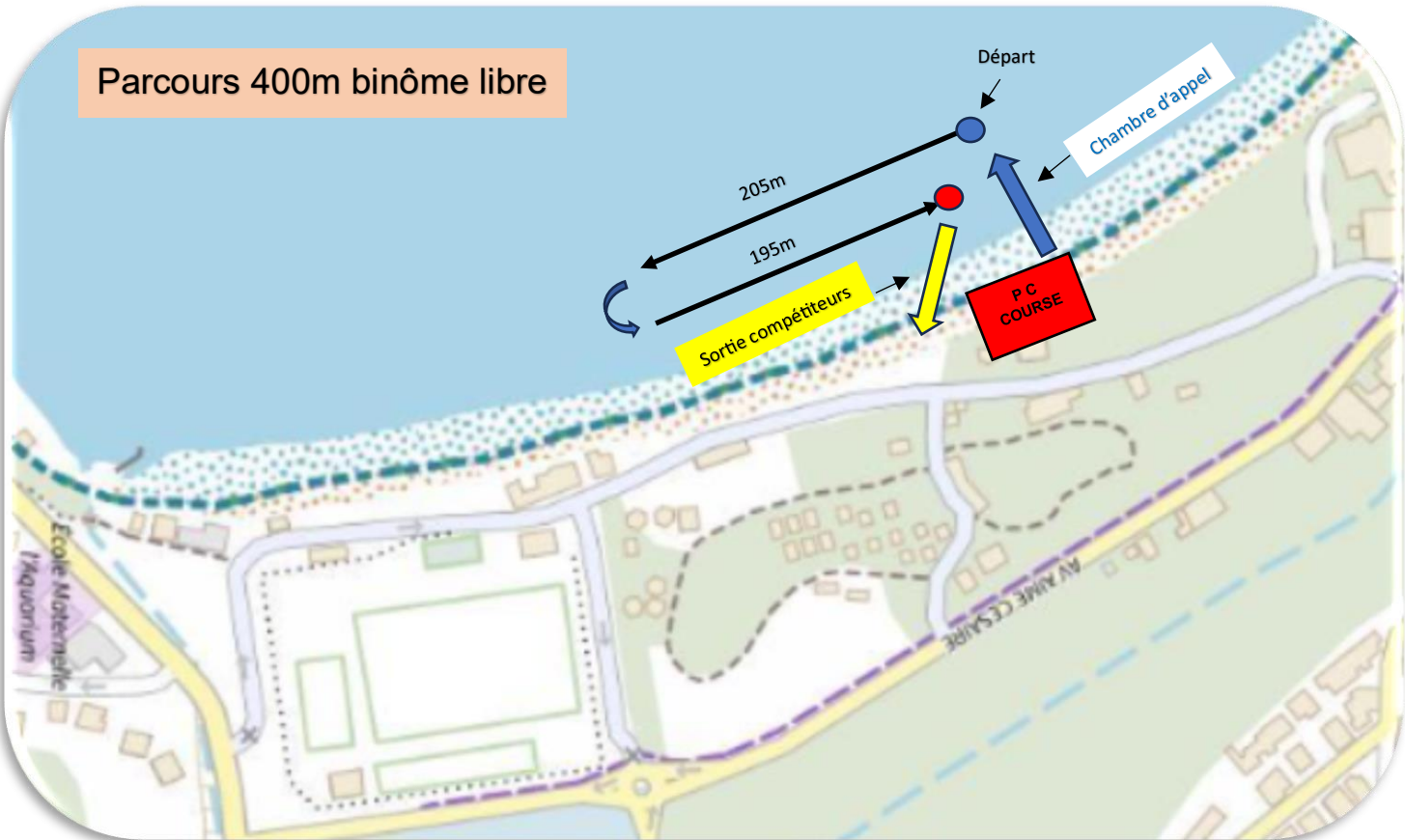
Parcours 50m mono pagaie



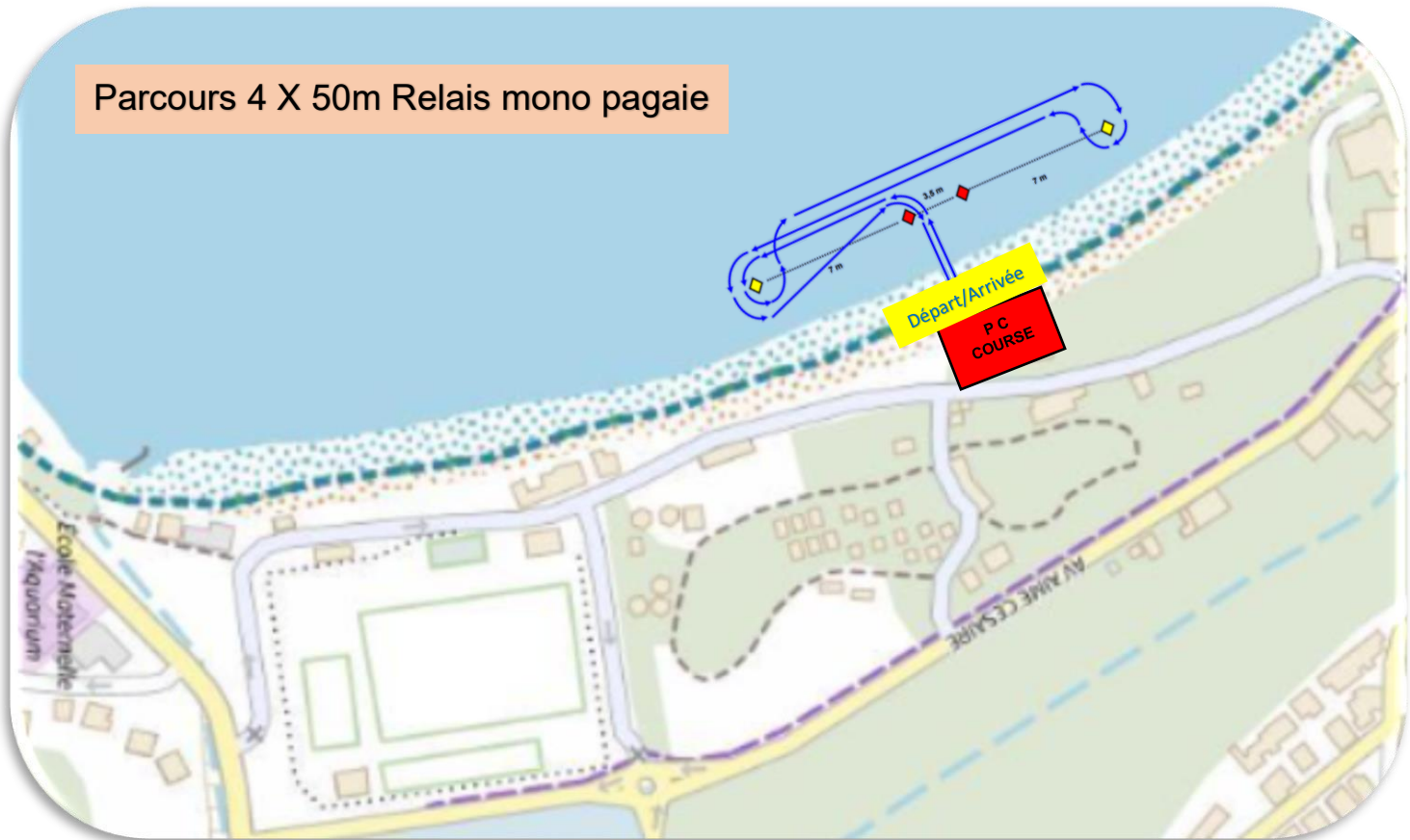
Parcours 200m solo mains nues



Parcours 400m binôme libre



Parcours 4 X 50m Relais mono pagaie










Descriptif du parcours :

- Départ en course à pied sur 540m
- Session Longe Côte (LC)1 : 180m
- Session Course à Pied (CAP)2 : 200m
- Session (LC)2 : 160m
- Session (CAP)3 : 340m
- Session (LC)3 : 160m

**Soit 1580m par tour à réaliser 4 fois
(LC : 500m / CAP : 1080m)**

Légende

-  Départ
-  Arrivée
-  Amer
-  Course à pied(CAP)
-  Longe côte (LC)

MODALITES D'INSCRIPTIONS

La date limite des inscriptions est fixée au 30 janvier 2025

Montant des droits d'inscriptions :

Le coût d'inscription pour une épreuve est de 25,00 € pour les licenciés et 30,00 € pour les non licenciés plus 5 € par épreuve supplémentaire.

Les inscriptions et paiements se font en ligne sur HelloAsso

Désistements :

Lors de la période d'inscriptions et jusqu'au 30 janvier 2025 : tout désistement entrainera une retenue de 40% du montant de l'inscription.

A partir du 1^{er} février 2025 : aucun désistement ne donnera lieu à remboursement

PROGRAMME

Horaires donnés à titre indicatif et susceptibles de modifications

Vendredi 21 février 2025

Plage de la Pointe Marin à Sainte Anne

⇒ Entraînement et reconnaissance du lieu de compétition

14h00 - 17h00 - Distribution des dossards, des puces pour le chronométrage électronique.

17h00 Briefing pour les compétiteurs et Arbitres.

- ✓ Mots d'accueil des organisateurs
- ✓ Présentation du programme, de l'organisation, des dispositifs d'épreuves, des informations pratiques, rappel des règles

Samedi 22 février 2025

07h45 Accueil des compétiteurs

08h00 Cérémonie d'ouverture

Discours
Photo de groupe

08h30 Briefing de l'équipe d'arbitrage

Échauffement des compétiteurs

09h00 Ouverture de la chambre d'appel

- ✓ Top départ du 400m Binôme libre
- ✓ Top départ 50m Mono Pagaie

« Trail longe côte Slalom » épreuve non chronométrée à l'attention des jeunes

Pause déjeuner

13h00 Ouverture de la chambre d'appel

- ✓ Top départ du 200 m solo à mains nues
- ✓ Top départ du relais mixte 4x50m

Dimanche 23 février 2025

08h00 Accueil des compétiteurs

8h30 Briefing de l'équipe d'arbitrage Échauffement des compétiteurs

09h00 Top départ du trail longe côte

12h00 Déjeuner festif

Cérémonie protocolaire de remise de médailles

JURY ET ARBITRAGE

Membre du jury

Président du Comité de Martinique

Directeur de course

Arbitre régional

Membre du Comité Directeur

Membre de la Direction Technique Nationale FFRandonnée

Représentant des associations et clubs affiliés

Le jury d'épreuve est habilité à statuer sur tous les litiges survenus ou disqualifications. Ses décisions sont sans appel.

Equipe arbitrale

Arbitre Régional

Arbitre Régionaux (Martinique – Guadeloupe – Métropole)

Directeur de Course :

PC Course :

Chronométrage électronique :

INFORMATIONS TECHNIQUES

Pc course

Son entrée est strictement réservée aux membres du jury, aux arbitres, au directeur de course et à l'équipe de chronométrage électronique.

Entrainement

Les compétiteurs auront accès aux parcours de course jusqu'à 5 minutes avant l'ouverture de la chambre d'appel.

Récupération

La zone de récupération sera ouverte jusqu'à 30 min après la dernière arrivée

Epreuves

Chaque concurrent devra se présenter 5 minutes avant son horaire de départ dans la chambre d'appel. Les zones de compétition sont formellement interdites aux compétiteurs non engagés sur l'épreuve en cours ainsi qu'à tout accompagnant, pour ne pas gêner l'épreuve.

Identification des concurrents :

Chaque concurrent devra porter un dossard. Les dossards seront distribués le vendredi 21 février 2025 de 14h à 17h.

Chronométrage :

Chaque compétiteur ou chaque équipe sera muni d'une puce électronique. Toute perte ou détérioration de puce sera facturée par puce aux compétiteurs.

Elles seront restituées à l'issue de la compétition, après retour et vérification de l'ensemble du matériel.

Lutte contre le dopage :

Le principe fondamental de responsabilité objective implique, de la part d'un sportif et quel que soit son niveau, une vigilance accrue vis-à-vis de sa pratique sportive et en particulier en matière de lutte contre le dopage.

Si vous êtes soumis à un contrôle antidopage ;

Vous avez des droits : récupération post compétition, assister aux cérémonies protocolaires, Et des responsabilités. Dès réception de la notification individuelle, le sportif :

- ✓ Doit se présenter immédiatement au contrôle ;
- ✓ Demeurer en permanence en présence de la personne chargée du contrôle ou de l'escorte, de la notification à la fin de la procédure de prélèvement de l'échantillon (urine) ;
- ✓ Présenter une pièce d'identité officielle ;
- ✓ Se conformer aux procédures de prélèvement (tout manquement pourrait constituer une violation des règles antidopage.)

Pour aider le sportif à prévenir toute situation ou comportement à risque, l'Agence Française de Lutte contre le Dopage (AFLD) préconise certaines recommandations :

- ✓ Informer son médecin de sa pratique sportive (discipline, niveau) lors de toute visite donnant lieu à une prescription médicale et ne pas hésiter à lui demander conseil en cas d'automédication (décret n° 2022-1583 du 16 décembre 2022 qui transpose en droit français la liste des substances et méthodes interdites 2023);
- ✓ Être vigilant lors de l'achat de compléments alimentaires et de produits diététiques de l'effort, notamment sur Internet ;
- ✓ Se tenir informé, auprès de la FFRandonnée, de l'AFLD ou de tout autre organisme, de la réglementation antidopage en vigueur et de ses éventuelles modifications <https://www.afld.fr/>
- ✓ Ne pas confondre ordonnance et autorisation d'usage à des fins thérapeutiques :
La seule présentation d'un certificat médical et d'une ordonnance ne suffiront pas pour exonérer le sportif de sa responsabilité et lui éviter une sanction.
Seule une autorisation d'usage à des fins thérapeutiques (AUT), qu'elle soit rétroactive ou non, permettra au sportif de ne pas être sanctionné.

Pour plus d'information sur les autorisations d'usage à des fins thérapeutiques, consultez le site web de l'AFLD www.afld.fr/aut

L'APRES COURSE

Résultats

Les résultats seront affichés après chaque épreuve sur panneau d'affichage prévu à cet effet.

Réclamation

Chaque compétiteur ou représentant d'équipe bénéficiera de 30 minutes après la communication des résultats pour porter réclamation, en utilisant le formulaire prévu à cet effet.

Il devra être apporté au PC course. Cette réclamation sera examinée par le jury d'épreuve et recevra une réponse en cas de litige ne pouvant être résolu avant proclamation des résultats le comité d'équité sera sollicité et une réponse écrite sera faite.

SERVICE DE SECOURS

Un dispositif de secours sera présent sur le site de la compétition.

UNE MANIFESTATION ÉCO-RESPONSABLE

Une manifestation placée sous le signe du développement durable !

- ✓ Dématérialisation des documents,
- ✓ Covoiturage,
- ✓ Tri des déchets
- ✓ Veille à la propreté du site durant la manifestation
- ✓ En fin de manifestation remise en état du site

Il sera remis à chaque compétiteurs :

- ❖ **Les cinq règles essentielles pour bien longer et respecter l'environnement**
- ❖ **La charte de l'adhérent**