



DIMANCHE 6 SEPTEMBRE 2026

Etape Eau Libre Coupe de Bretagne

6^{ème} édition de "Ô Libre en Trégor"

500m / 2500m / 5000m / 1750m KO / Relais

<http://lannionnatation.com/>

<https://www.facebook.com/OLibreEnTregor/>



Préambule

Ce règlement est complémentaire à celui de la Coupe de Bretagne eau libre

<https://drive.google.com/drive/folders/1-lzXLI41ckf3WzD5F4E5yvvGMJIFzUMe>

L'organisateur se réserve le droit de modifier à tout moment ce règlement en fonction des normes sanitaires relatives à la pandémie du coronavirus et des obligations et directives édictées par les autorités compétentes.

La réglementation FFN est applicable sur l'ensemble des épreuves. Une seule course individuelle par journée de compétition est autorisée. Le port du bonnet de l'organisation est obligatoire durant toutes les épreuves (sauf le KO et le relais).

Les épreuves sont ouvertes à tous les nageurs et nageuses nés en 2012 et avant pour le 5000m, nés en 2014 et avant pour le 2500m et nés en 2015 et après pour les autres épreuves. Pour les concurrents non licenciés dans un club FFN, les engagements sont acceptés sous réserve de présentation d'un certificat médical de non contre-indication de la pratique de la natation en compétition, d'une autorisation parentale pour les mineurs, d'une pièce d'identité et après acquittement du coût de la licence eau libre (15 €) en plus du coût de l'engagement.

Le port d'une combinaison thermique* est soumis aux conditions suivantes :

Température de l'eau entre 14 et 17,9 degrés Celsius : combinaison thermique obligatoire

Température de l'eau entre 18 et 19.9 degrés Celsius : combinaison thermique autorisée.

Température de l'eau égale ou supérieure à 20 degrés Celsius : combinaison thermique interdite.

****La combinaison doit à minima recouvrir l'intégralité des membres inférieurs et le torse du nageur.***

Pour les non-licenciés dans un club FFN, le port de la combinaison thermique est autorisé, mais sera interdite si la température de l'eau est supérieure à 24°.

Pour l'ensemble des épreuves, la bouée "rescue-tube" est autorisée. En cas de déclenchement de celle-ci, le nageur ne sera pas classé.

Pour les épreuves "**COUPE DE BRETAGNE**" les concurrents doivent se conformer à la réglementation FFN "**Natation en Eau Libre**". Pour des raisons de marées, les délais de course seront de 2h00 pour le 5000m, de 1h15 pour le 2500m et de 30' pour le 500m. Les nageurs qui n'auront pas terminés leur parcours seront obligatoirement ramenés à terre et ne seront pas classés.



Horaires des épreuves

Officiels et organisateurs

✓ 9h30 : Réunion technique sécurité et mise en place du jury

→ 500m

✓ 9h00 : Accueil, remise des bonnets et marquage des nageurs

10h45 : Briefing

11h00 : Départ ==> **"Le challenge des Guillemots"**

→ 2500m

✓ 9h30 : Accueil, remise des bonnets et marquage des nageurs

11h45 : Briefing

12h00 : Départ ==> **"Le défi des Sternes"**

→ 5000m

✓ 9h30 : Accueil, remise des bonnets et marquage des nageurs

11h45 : Briefing

12h15 : Départ ==> **"Le trophée des Macareux"**

14h45 : Remise Récompenses du 500m, 2500m et 5000m



Horaires des épreuves

→ 1750m Knock-Out

✓ 12h00 : Accueil et marquage des nageurs

14h45 : Briefing

15h00 : Départ ==> "**La battle des Fulmars**"

La course du Knockout consiste à nager à partir de la plage avec l'organisation décrite ci-dessous :

le parcours sera réalisé en boucles de 500 m

- 1^{ère} course = 1000 m (on garde 50% des inscrits), 2 boucles de 500 m

- 2^{ème} course = 500 m (on garde 50% des qualifiés), 1 boucle de 500 m

- 3^{ème} course = 250 m

organisation des départs :

- Le départ de la ½ finale sera donné 10 minutes après l'arrivée du 1er nageur

- Le départ de la finale (50% des qualifiés en ½ finale, avec au minimum 5 nageurs) sera donné 10 minutes après l'arrivée du 1^{er} de la ½ finale

→ Relais

✓ 16h00 : Départ 4x250m ==> "**Le relais des Fous de Bassan**"

16h30 : Remise Récompenses du **Knock-Out** et du **relais**



Catégories

- ✓ **Avenirs** : filles et garçons de 11 ans et moins -nés en 2015 et après
- ✓ **Benjamin 1** : filles et garçons de 12 ans -nés en 2014
Benjamin 2 : filles et garçons de 13 ans -nés en 2013
- ✓ **Juniors 1** : filles et garçons de 14 et 15 ans -nés en 2012 et 2011
Juniors 2 : filles et garçons de 16 et 17 ans -nés en 2010 et 2009
Juniors 3 : filles et garçons de 18 et 19 ans -nés en 2008 et 2007
- ✓ **Séniors** : filles et garçons de 20 à 24 ans -nés entre 2006 et 2000
- ✓ **Maîtres 1** : dames et messieurs de 25 à 44 ans -nés entre 2001 et 1982
Maîtres 2 : dames et messieurs de 45 à 64 ans -née entre 1981 et 1962
Maîtres 3 : dames et messieurs de 65 et plus -nés en 1961 et avant



Engagements

Les engagements individuels ou en relais se font en ligne sur le site FFN (<https://www.ffneaulibre.fr/evenements/voir/6371/libre-en-tregor-tr-vou-tr-guignec>) approprié pour les nageurs FFN et les non-licenciés FFN. En cas de forfait, les engagements restent acquis à l'organisateur. Pour le relais mixte, un relayeur doit engager tous les membres de son relais (à faire obligatoirement avant le paiement complet du relais).

Lors de leur 1ère inscription à une épreuve eau libre, les licenciés FFTRI, FFESSM et non-licenciés souscriront une licence FFN eau libre, **d'un montant de 15€**, avec création d'un identifiant (IUF). Lors des inscriptions ultérieures, ils s'engageront en tant que licenciés FFN et paieront alors le tarif correspondant aux licenciés FFN (cette licence est valable 1 an).

Le challenge des Guillemots (500m) : Epreuve Grand Public

Les droits d'engagement sont de **12€**. Nombre de places limité à 100.

Le défi des Sternes (2500m) : Coupe de Bretagne

Les droits d'engagement sont de **16€**. Nombre de places limité à 150.

Le trophée des Macareux (5000m) : Coupe de Bretagne

Les droits d'engagement sont de **19€**. Nombre de places limité à 150.

La battle des Fulmars (1750m KO) : Coupe de Bretagne

Les droits d'engagement sont de **12€**. Nombre de places limité à 100

Le relais des Fous de Bassan (4x250m): Epreuve comptant pour le classement des clubs bretons.

Les droits d'engagement sont de **4€ par nageur = 16€ par équipe**. Pour être classé le relais sera composé de 4 nageurs du même club avec obligatoirement 2 dames et 2 messieurs.

Un relais est possible avec des nageurs de plusieurs clubs, dans ce cas il ne sera pas classé.

→ Nombre de relais limité à 25 équipes.

Les engagements sur place devront rester exceptionnels et dépendront des conditions sanitaires. Les droits d'engagement seront majorés de 10€ pour toutes les courses. Les engagements devront être effectués au plus tard une heure avant le départ de la course. Lors de son inscription, chaque nageur, ou son représentant légal pour les mineurs, doit fournir les documents exigés pour chaque épreuve (licence FFN en cours de validité, certificat médical de l'année pour les non licenciés, autorisation parentale pour les mineurs et prise de licence promotionnelle pour les non- licenciés dans un club FFN) et attester avoir pris connaissance du présent règlement.

Les nageurs lors de leur engagement, sont invités à prendre connaissance du document édité par la FFN sur le site

https://www.ffnatation.fr/sites/default/files/2023-11/fiche_nageur_eco_responsable.pdf



Récompenses

Le challenge des Guillemots (500m) : Epreuve grand public

Diplôme à tous les Avenirs

Récompenses à la première et au premier Toutes Catégories (TC) hors maitres

Médailles aux 3 premières et 3 premiers des catégories suivantes:

- Avenirs 1 / Avenirs 2 / Avenirs 3
- Benjamin 1 / Benjamin 2

Le défi des Sternes (2500m) : Coupe de Bretagne TC

Récompenses à la première et au premier TC

Médailles aux 3 premières et 3 premiers des catégories suivantes:

- Benjamin 1 / Benjamin 2
- Juniors 1 et Juniors 2 / Juniors 3 et Séniors
- Maîtres 1 / Maîtres 2 / Maîtres 3

Le trophée des Macareux (5000m) : Coupe de Bretagne TC

Récompenses à la première et au premier TC

Médailles aux 3 premières et 3 premiers des catégories suivantes:

- Juniors 1 / Juniors 2 / Juniors 3
- Séniors
- Maîtres 1 / Maîtres 2 / Maîtres 3

La battle des Fulmars (1750m KO) : Coupe de Bretagne

Médailles et récompenses à la première et au premier TC

Le Relais des Fous de Bassan : Epreuve comptant pour le classement des clubs bretons

Coupe aux 3 premières équipes TC (une seule équipe par club)

Récompenses au plus jeune et au doyen participant à l'étape !



Aspect Médical

Les nageuses et nageurs non licenciés à la FFN, à la FFTRI ou à la FFESSM devront présenter un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la natation en compétition en milieu naturel et une autorisation parentale pour les mineurs.

Chaque nageur atteste avoir acquis l'entraînement nécessaire pour s'engager sur l'épreuve à laquelle il s'inscrit, et estime disposer, le jour de cette épreuve, des moyens physiques et psychologiques nécessaires pour la terminer dans les délais sans avoir besoin d'aller anormalement au bout de ses moyens.

Le juge arbitre en chef et les juges arbitres auront la possibilité d'interrompre la course d'un nageur si celui-ci donne des signes visibles de défaillance et alerteront les bateaux de sécurité pour le ramener à terre, l'officiel de sécurité et le médecin pour le réceptionner et le prendre en charge à son débarquement.

Avant, durant, et après la compétition un service médical adapté est présent pour assister les concurrents.

Conseils pour nager en Eau Libre

https://ffn.extranat.fr/html/ressources/eau/2009_conseils_pour_se_lancer_dans_l_eau_libre.pdf

Annulation

En cas de force majeure (hygiène ou sécurité), le jour des épreuves, le juge arbitre peut décider d'annuler la course sans qu'aucun dédommagement ne puisse être demandé par les concurrents. En cas d'arrêt de la course par le juge-arbitre, un classement sera toutefois établi selon les modalités exprimées lors de la réunion technique.

La décision d'annuler ou d'arrêter l'une des épreuves ou de modifier les parcours en fonction des conditions météorologiques, peut-être prise à tout moment par l'organisateur.

En cas d'arrêt des courses ou de modifications des parcours, des distances ou du décalage des horaires, il n'y a pas de remboursement prévu, l'intégralité des droits d'inscription restera acquise à l'organisateur dans tous les cas.

En cas d'annulation, jusqu'à la veille des épreuves, les droits d'inscription seraient remboursés intégralement hors frais bancaires et coût de la licence promotionnelle (pour les non licenciés).



Sportivité et Respect

Les concurrents s'engagent à traiter les autres compétiteurs, les arbitres, les organisateurs, les bénévoles et les spectateurs avec respect et courtoisie (avant, pendant et après la course).

Chacun doit faire preuve de sportivité.

Toute infraction et (ou) comportement inadapté seront sanctionnés par le juge arbitre en chef ou les juges-arbitres conformément aux stipulations exprimées dans les règlements FFN.

Site Natura 2000

Le littoral, la plage et le marais de Trestel sur la commune de Trévou-Tréguignec font partie de la **zone Natura 2000 Trégor Goëlo** qui fournit un cadre réglementaire propre à l'environnement et aux zones protégées. Les directives de ce cadre visent la conservation des espèces d'oiseaux sauvages ainsi que la conservation de certains types d'habitats et d'espèces animales et végétales présents et protégés sur le site.

Chaque participant s'engage à suivre toutes les recommandations qui seront fournies par les organisateurs de l'épreuve et donc à limiter son impact sur l'environnement.

Aucun jet de masques à usage unique ne sera toléré. Les concurrents qui emporteront avec eux leur ravitaillement sous la combinaison, notamment sous la forme de gel ou de barres emballées devront impérativement rapporter les emballages à terre et les déposer dans les poubelles prévues à cet effet ainsi que tous détritiques.

Tout manquement à ces obligations entraînera la disqualification du nageur pour sa participation à toute épreuve de la journée.

Droit à l'image

Par son inscription chaque participant renonce à son droit à l'image durant les épreuves et autorise l'organisateur à une utilisation de son image à des fins de communication et/ou de promotion de la manifestation. Conformément à la loi informatique et liberté du 06 janvier 1978, les concurrents disposent d'un droit d'accès et de rectification aux données personnelles les concernant. S'ils ne souhaitent pas être amenés à recevoir des propositions d'autres sociétés ou associations, il leur appartient d'en informer par écrit l'organisateur en indiquant leurs coordonnées : nom, prénom et adresse.



Partenaires

