



# SWIMRUN • FRANCE CÔTE VERMEILLE

6a EDICIÓN

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

18 & 19 de Junio de 2021  
¿ Te atreverás a asumir el desafío !?



## SOCIOS PRINCIPALES



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

# LA COURTE

- Página 3** : NOTICIAS PRACTICAS (Alojarse , Zoom en el evento...)
- Página 4** : PREGUNTAS MÁS FRECUENTES (Info esencial ¡!)
- Página 7** : PROGRAMA DE CARRERA (horas y lugares...)
- Página 8** : ACCESIBILIDAD AL BRIEFING Y SITIO DE LLEGADA
- Página 9** : HOJA DE DISTANCIAY ALTIMETRICA DEL CARRERA
- Página 10** : IMPLANTACIÓN DEL SITIO DE LLEGADA
- Página 11** : LIBRO DE RUTA
- Página 14** : ABASTECIMIENTO & SEPARACIÓN DE RESIDUOS
- Página 16** : NUESTROS SOCIOS



12.8km



D+326m



# LA COURTE



Organizado por CHALLENGE 02

[contact@swimruncotevermeille.com](mailto:contact@swimruncotevermeille.com)  
[www.swimruncotevermeille.com](http://www.swimruncotevermeille.com)

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



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



1° 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>



# LA COURTE

## EQUIPO DE CARRERA OBLIGATORIO Y PROHIBIDO

Cada competidor se compromete a tener el equipo de carrera obligatorio durante todo el evento y a presentarlo durante los controles no anunciados de la organización, bajo pena de descalificación.

Nadie podrá empezar si no cuenta con el equipamiento obligatorio que requiere la organización.

### Material obligatorio

- **1 licra de carrera por persona**, que se usa visiblemente durante toda la carrera, bajo pena de descalificación (proporcionada por la organización)
- **1 gorro de natación para la carrera por persona**, que se coloca en la cabeza en las partes de natación (proporcionado por la organización).
- **1 Silbato por persona** siempre a mano.
- **1 chip de cronometraje del equipo** (proporcionado por la organización). Perdido o no devuelto, el chip se cobrará 20 € a la empresa de cronometraje.
- **1 par de zapatos adaptados por persona.**

- **1 traje isotérmico por persona**, adecuado si la T ° del agua es inferior a 18 ° C. ¡Por encima de 24 ° C, este último estará prohibido! Se le negará el inicio del evento si no respeta estas reglas.

La temperatura del mar en junio pasado - promedio 19.6 ° - mínima 16.8 ° - máxima 23.9 °.

### Equipo autorizado (lista no exhaustiva)

- Par de almohadillas / Pull boya
- Crema orgánica antifricción y protector solar orgánico (tipo alphanova)
- El amarre está autorizado pero no es obligatorio, no debe ser > 4 my debe ser soltable.

**Por razones de seguridad, estará prohibido en el 1er tramo de natación de las categorías Courte, Moyenne y Longue.**

### Material estrictamente prohibido, bajo pena de descalificación.

- Aparato inflable de más de 100 cm x 60 cm,
- **Snorkel, Aletas**, todo el equipo motorizado.

## LANZADERA Y EMBARQUE

Habrán transportes disponibles desde Argeles sur mer, el sitio de llegada de todos los eventos.

Cuando te registraste, te preguntaron:

## PREGUNTAS MÁS FRECUENTES 2021

# LA COURTE

1. Si desea tomar el servicio de transporte antes del evento para unirse al inicio de la carrera,
2. Si quieres tomar el servicio de transporte, siempre desde Argelès sur Mer, después de la carrera si te quedas en una ciudad de salida.
3. Si no querías tener la lanzadera.

En los casos 1 y 2, ha elegido utilizar el servicio de transporte, la hora y el lugar de la reunión se especifican en el programa de la carrera.

En el caso 3, le será imposible cambiar su decisión y, en consecuencia, que la organización ponga a disposición los transportes.

**Se colocó un brazalete de accesibilidad de transporte hacia arriba, en la muñeca de cada competidor al retirar del Dorsal.**

## ABANDONO Y ÁREAS DE ABANDONO



La organización repatria a los competidores que han abandonado, solo en las zonas previstas para este propósito y notificadas en el Libro de Ruta.

Estas áreas están ubicadas en los puntos de suministro ubicados en el casco urbano de los municipios ¡¡¡Solo !!!

**¡Cualquier abandono fuera de estas áreas (excepto casos médicos) no estará cubierto!**

Advertencia: Nunca abandones la carrera sin que tu dorsal sea invalidado en las zonas de abandono. Tu ausencia en los senderos daría lugar a búsquedas que te cobrarán para encontrarte.

**Finalmente, cualquier abandono de un miembro del equipo resultará en la descalificación del equipo (es decir, todos los miembros) de la carrera.** Esta decisión se tomó después de los abusos (trampas) señalados en una edición anterior.

## DESCALIFICACIÓN

Si se prueban los hechos a continuación, **la sanción** de uno (o más) equipo no será objeto de apelación ni discusión. **¡Será irreversible!**

- Ausencia de lycra (dorsal y / o pulga de seguimiento durante la competición).

- No se permite a los competidores utilizar métodos desleales para obtener beneficios (asistencia no autorizada: tipo "transportista de agua y / o equipo", "liebre"). Uso de equipos prohibidos (art. 10), un medio de transporte durante la prueba...

## PREGUNTAS MÁS FRECUENTES 2021

# LA COURTE

- Apuntar más allá de la hora de cierre de un punto de control.
- Ausencia de un elemento de equipamiento obligatorio durante toda la carrera.
- No asistencia a un competidor en dificultad.
- Contaminación y degradación de sitios por parte de los competidores o su asistencia.
- **Los participantes deben respetar a los demás participantes, a la organización, a los espectadores y a las personas que viven en el área de la carrera. Cualquier insulto o amenaza en contra de ellos y / o cualquier posición oral o escrita tomada antes, durante y después del evento deportivo con una connotación difamatoria u ofensiva puede ser sancionada por la Organización mediante la prohibición de participar en uno o más eventos por uno o más años, dependiendo de la severidad de los comentarios hechos, independientemente de cualquier procedimiento legal.**
- Rechazo a ser examinado por los servicios de emergencia durante la prueba.

- Estado físico o psicológico del competidor considerado no apto para la persecución del evento por el director de la carrera por consejo de los servicios de rescate.

- Comportamiento peligroso de un competidor, en posesión de un objeto prohibido en un estado de reincidencia.

- Participantes que no siguen la ruta marcada o que no pasan por un punto de control, bajo reserva a cumplimiento.

El dopaje por la Organización Mundial Antidopaje está prohibido. Escape del control antidopaje obligatorio. Ver la lista de los productos prohibidos <http://list.wada-ama.org>

**En caso de situaciones particulares, la organización se reserva el derecho de aplicar una penalidad de hora.**

## PACK FINISHER



# PROGRAMA 2021

# LA COURTE

**VIERNES 18  
& SÁBADO 19**

**RETIRADA**  
De los DORSALES

**V  
18**

RETIRADA de los DORSALES Y DEPOSITO de BOLSAS	De 14h a 20h30	<b>RETIRO DE BABEROS el viernes 18 de junio, de 14h à 20h30.</b> tendrá lugar en el lugar de llegada <b>ESPLANADE CHARLES TRENET</b> Aldea concurrente – Avenue des Platanes Rond-point de l'Arrivée - 66700 Argelès sur mer
<b>BRIEFING (OBLIGATORIO)</b>	<b>CANCELADA</b>	

## MODALIDADES

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



*Para saber: un amigo puede recoger vuestra dorsal, si nos presenta una fotocopia de las 2 tarjetas de identidad de su equipo*

## LUGARES

- > **Viernes de 18 de JUNIO**  
Espace sportif Jean CARRERE.
- > **Sábado de 19 de JUNIO**  
Esplanade Charles Trenet.

**S  
19**

RETIRADA de los DORSALES Y DEPOSITO DE BOLSAS	De 8h a 8h30	<b>ESPLANADE CHARLES TRENET</b> Aldea concurrente – Avenue des Platanes Rond-point de l'Arrivée - 66700 Argelès sur mer
ABORDAR AL LANZADERA	8h40 exacto	<b>PARKING DE STATIONNEMENT</b> 1 avenue du Grau - 66700 Argelès sur mer (en face du "Franprix", situé à 100m de l'esplanade Charles Trenet).
<b>SALIDA DE LAS LANZADERAS</b>	<b>8h50</b>	
LLAMADA DE LOS COMPETIDORES	9h15	<b>PLAGE DES BATTERIES</b> Route de Port-Vendres - 66190 Collioure (située au pied du lotissement les Batteries-Roches Bleues).
<b>SALIDA DE LA COURTE</b>	<b>9h30</b>	
PREMIOS	Desde 12h30	<b>ESPLANADE CHARLES TRENET</b> Podium – Avenue des Platanes Rond-point de l'Arrivée - 66700 Argelès sur mer
LANZADERA DE REGRESO	14h30 exacto	<b>PARKING DE STATIONNEMENT</b> 1 avenue du Grau - 66700 Argelès sur mer (en face du "Franprix", situé à 100m de l'esplanade Charles Trenet).

## RETIRO DE BABEROS

ESPLANADE CHARLES TRENET  
Aldea concurrente. Rond point de l'Arrivée  
66750 Argelès sur Mer

- Recogida de babero: 14h a 20h30.
- Consigna de equipaje: depósito de sus maletas personales
- Stands asociados / Expo
- Sesión informativa previa a la carrera: ¡¡CANCELADA !!

Mas Boy

## PUEBLO DE ATLETAS ZONA DE LLEGADA

--  
*Rond-point de l'Arrivée.  
Jonction avenue des  
Platanes & avenue du Grau  
66750 Argelès sur Mer*

© 2016 Google

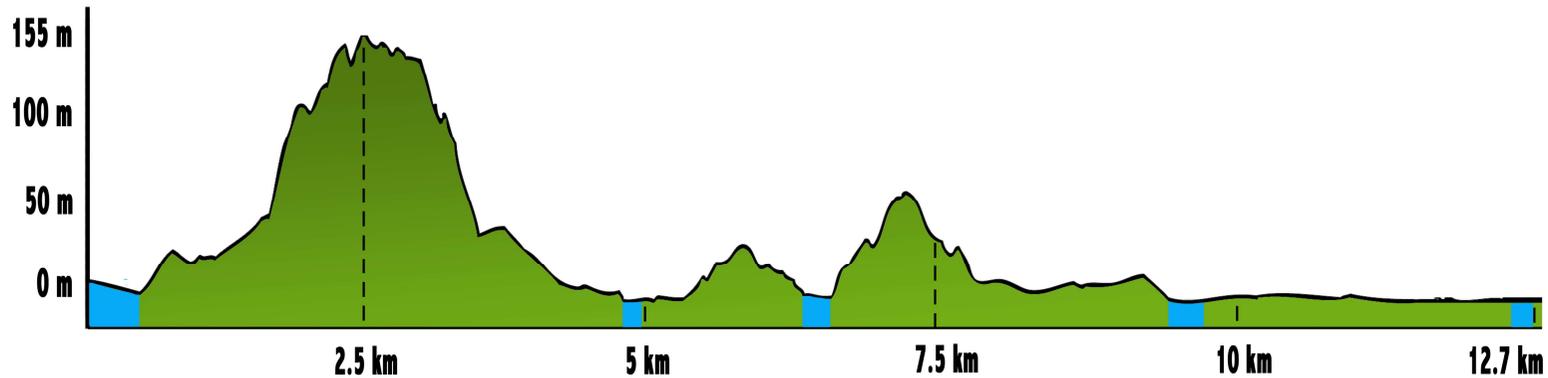
# LA COURTE



5 Partes



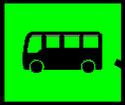
5 Partes



COURTE



La rotonda de  
llegada.  
Avenue des  
Platanes –  
66750 Argelès  
sur Mer



Avenue du  
Grau – 66750  
Argelès sur  
Mer

RESTAURANES

ÁREA DE LLEGADA

SEGURIDAD / SOCCORO

VIP / MEDIA

SALIDA DE LA LANZADERA

**ATLETAS PUEBLO**  
- Abastecimiento  
- Terapeutas  
- Retirada de los dorsales  
- Para bolsas: depósito y recibo de las bolsas personales ¡EL DÍA-D!

SOCIOS PUEBLO

© 2016 Google



**SALIDA DE LA KIDS**  
**9H45**  
Plage du Racou  
Poste de Secours  
66700 Argelès sur Mer



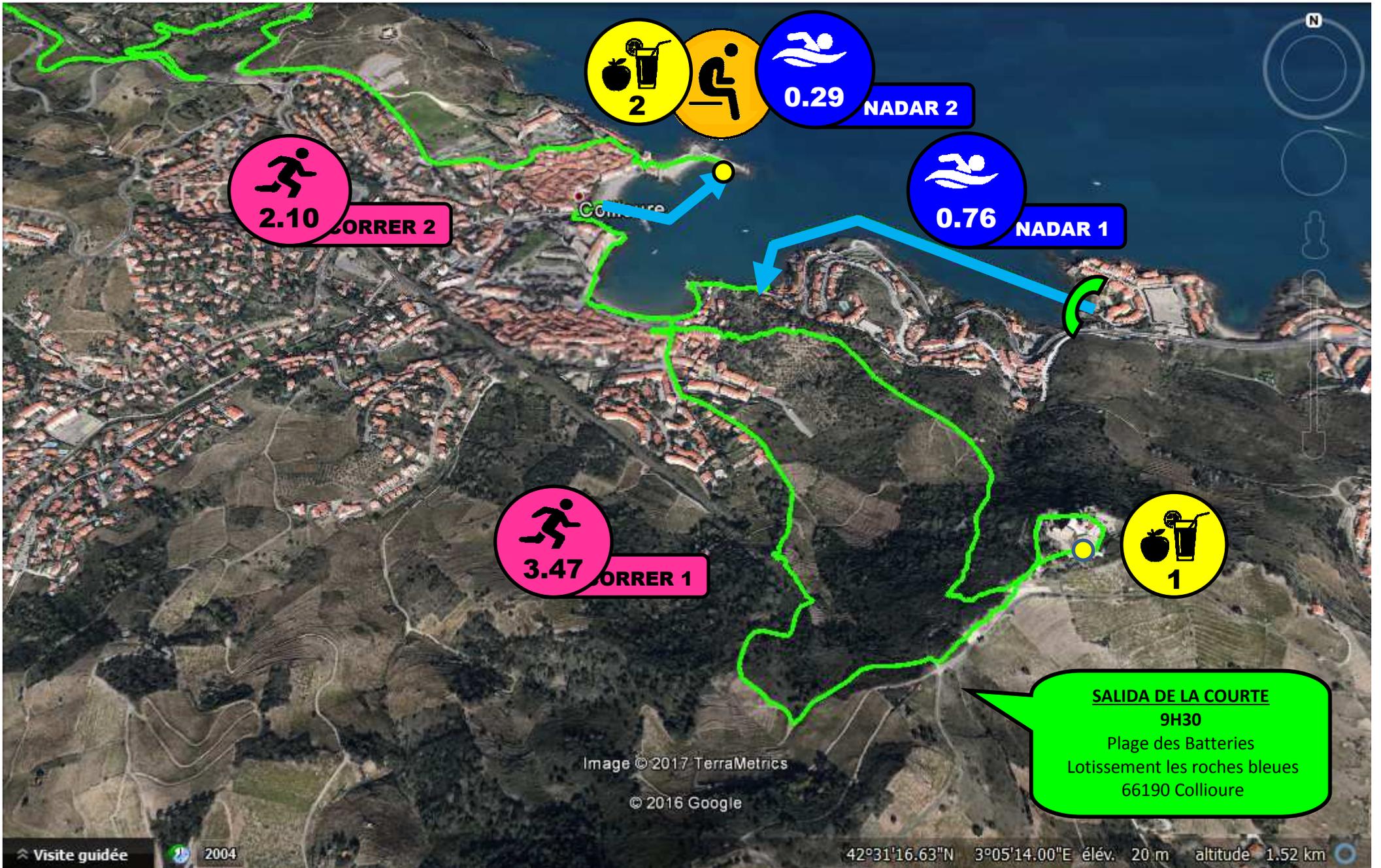
0.40 NADAR 4

0.36 NADAR 3

3

1.87 CORRER 3

2.10 CORRER 2



**2.10** CORRER 2

**3.47** CORRER 1

**2**

**0.29** NADAR 2

**0.76** NADAR 1

**1**

**SALIDA DE LA COURTE**  
9H30  
Plage des Batteries  
Lotissement les roches bleues  
66190 Collioure

Image © 2017 TerraMetrics  
© 2016 Google

# LA COURTE

## SEPARACIÓN DE RESIDUOS BY



4 ABASTECIMIENTO



Agua estancada  
Agua con gas  
Sirope



Cola



Zumo de  
Manzana



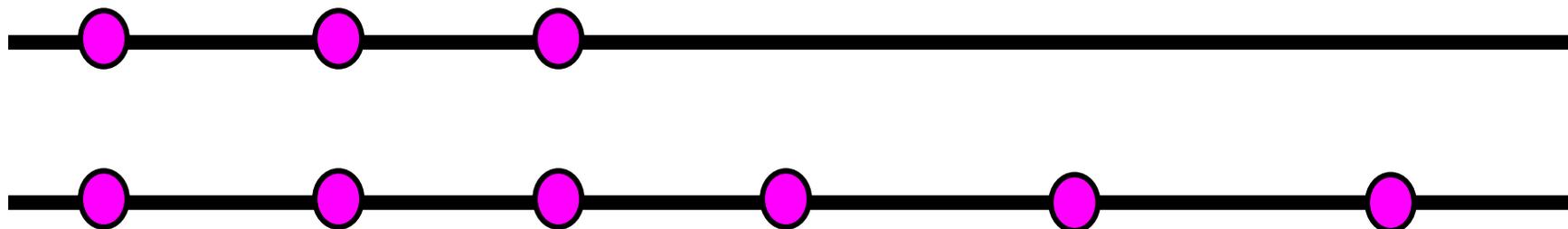
Naranja  
Sandía  
Plátano  
Uva seca  
Melón



Galleta salada  
Maní  
Salchicha  
Pan  
Sopa



Dulce de frutas  
Barras de energía



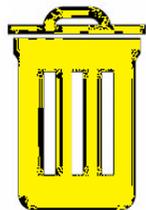
# SEPARACIÓN DE RESIDUOS 2021

## LA COURTE

### 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 ECO-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 ECO-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 2021

**GRACIAS !**

**NUESTROS SOCIOS PRINCIPALES**



**NUESTROS SOCIOS**





## NOS APOYAN

