

N° Club :03220415 F.F.E.S.S.M
Agrément D.D.J.S : N° 02209ET0034

PAIMPOL IMMERSION

12 rue Henri Dunant
22500 PAIMPOL

06.30.55.99.09

paimpol.immersion@gmail.com

<http://paimpolimmersion.wordpress.com>

2ème Edition du TOUR de L'ILE DE BREHAT

Inscrite dans le calendrier interrégional Bretagne & Pays de Loire

de nage avec palmes

« TROPHEE PAIMPOL IMMERSION »

NAGE AVEC PALMES de 11 kilomètres
Le DIMANCHE 15 juillet 2012

ORGANISATION DE LA JOURNÉE

Cette épreuve est organisée par **PAIMPOL IMMERSION**. Elle est inscrite au calendrier interrégional *Bretagne & Pays de Loire*. Cette épreuve est ouverte aux nageurs bi palmes, mono palme avec ou sans appui. Critères d'inscription : être licencié à la FFESSM ou à une fédération de natation ou de triathlon et être muni d'un certificat médical de - 3 mois. Inscription ouverte aux nageurs *confirmés* et *majeurs*, capables de nager entre 2 et 3 heures.

DÉPART VERS L'ILE DE BREHAT :

8h00 de l'embarcadère de la pointe de l'ARCOUEST sur la commune de PLOUBAZLANEC.

www.vedettesdebrehat.com

DÉPART DE LA COURSE :

Grande course : 9h45 plage du Guerzido.

Course open : 13h00 plage du Guerzido

PARCOURS:

Grande course

- Tour de 11 kilomètres depuis la plage du Guerzido (voir plan ci-dessous). Ravitaillement prévu à mi-parcours.
- Les nageurs seront accompagnés d'une flottille de petits bateaux et de moyens nautiques de sécurité.
- Pour raison de sécurité en cas de mauvais temps, le comité d'organisation se réserve le droit d'annuler l'épreuve
- La course est limitée à 100 personnes.

Petite course

Boucle de 2 km devant la plage du Guerzido, balisée par des bouées et sécurisée par des bateaux de surveillance., Cette petite course est limitée à 50 personnes.

INSCRIPTIONS:

Les inscriptions seront closes 48h00 avant le jour de la course.

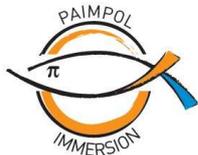
Les inscriptions se font pour les licenciés FFESSM via le site <http://www.e-nap.fr/> ou par mail à paimpol.immersion@gmail.com, pour les non licenciés FFESSM, les inscriptions se font via le site le-sportif.com

- 📍 Les nageurs devront se faire pointer de **8h30 à 9h30** au lieu de départ: Plage du Guerzido.
- 📍 Présentation de la licence et certificat médical, **aucun nageur ne sera accepté sans dossier complet.**
- 📍 Il sera remis à chaque participant, un dossard numéroté à disposer sur le tuba, permettant

l'identification à l'arrivée et un bonnet à restituer après la course. L'équipement : combinaison de nage intégrale/bonnet /palmes/ masques ou lunettes et tubas. L'organisation se réserve le droit de refuser le départ en cas d'équipement non conforme.

FRAIS DE PARTICIPATION

📍 15€(Grande course) 10€(P'tite course) par personne ils comprennent le transfert aller et retour du nageur sur l'île.



N° Club : 03220415 F.F.E.S.S.M
Agrément D.D.J.S : N° 02209ET0034

PAIMPOL IMMERSION

12 rue Henri Dunant
22500 PAIMPOL

 06.30.55.99.09

paimpol.immersion@gmail.com

<http://paimpolimmersion.wordpress.com>

ARRIVÉE:

Grande course : A partir de 11H45, arrivée des nageurs sur la plage du Guerzido où il leur sera servi de quoi se désaltérer et se restaurer (un sandwich). Les nageurs auront la possibilité de prendre une douche dans les vestiaires du centre nautique.

REMISE DES COUPES ET DES LOTS :

 La remise des coupes et des lots aura lieu à partir de 14h00 et sera suivie d'un pot de l'amitié.

REMISE DU TROPHÉE PAIMPOL IMMERSION :

 le Trophée est au 1er club ayant présenté 3 nageurs sur la ligne d'arrivée. Ce trophée sera symboliquement remis en jeu chaque année. Il sera exposé à l'office de tourisme de Bréhat pendant l'année. Une médaille sera offerte aux nageurs du club gagnant.

RENSEIGNEMENTS:

paimpol.immersion@gmail.com Ou auprès des Bénévoles de l'association : 06.30.55.99.09

TOURISME, HEBERGEMENTS :

www.paimpol-goelo.com	www.vedettesdebrehat.com	www.lezardrieux.com
www.pontrieux.com	www.brehat-infos.fr	



PAIMPOL IMMERSION

12 rue Henri Dunant

22500 PAIMPOL

06.30.55.99.09

N° Club : 03220415 F.F.E.S.S.M
Agrément D.D.J.S : N° 02209ET0034

paimpol.immersion@gmail.com

<http://paimpolimmersion.wordpress.com>

