



Martinique

OPEN INTERNATIONAL AQUA WALKING MARTINIQUE

Plage Anse Meunier

Samedi 03 et Dimanche 04 février 2024



DOSSIER COMPETITEUR



Infos :

contact@oiawmartinique.com – Tél. : 0696 93 76 09

Site internet : oiawmartinique.com

Facebook et Instagram : oiawmartinique



Le Comité de Randonnée Pédestre de Martinique vous invite à la 1ère édition de son Open International de Longe-Côte qui aura lieu le Samedi 3 et le Dimanche 4 Février 2024 sur l'une des plus belles plages du Sud de l'île.

L'OPEN INTERNATIONAL d'AQUA WALKING de Martinique se veut un rendez vous sportif et touristique pour tous les amateurs de longe-côte de France, d'Europe et d'ailleurs. Une semaine avant notre fameux carnaval, on se jette à l'eau pour des défis originaux autour de notre discipline.

En individuel ou en club, venez rejoindre la centaine de longeurs et longeuses qui viennent déjà depuis quelques années à cette période, pour pratiquer tous les jours sur les 11 sites officiels répertoriés autour de nos côtes.

Au programme des épreuves ouvertes aux licenciés uniquement et aussi des épreuves ouvertes à tous, travail d'une collaboration étroite avec le staff technique national de la FFRandonnée.

- 50 mètres solo mono pagaie (F/H)
- 200 mètres solo main nues (F/H)
- 400 mètres binômes libre (F/H/Mixte)
- 200 mètres Relais (4x50) Mono pagaie (Mixte 2F /2H)

Et....

Un **Trail longe côte individuel** à mains nues de 6150m (700m de longe-côte et 1350m à pied à faire 3 fois) ouvert à tous.

Tout ceci dans un encadrement rigoureux, mais dans une grande ambiance festive et conviviale

SAVE THE DATE !!!!!

Vous trouverez ci-joint le dossier technique que vous trouverez également sur le site de l'OIAW de Martinique **www.oiawmartinique.com** ainsi que d'autres informations sur le transport aérien et les hébergements.

Commencez cependant à rêver d'une coupure dans votre hiver pour nous rejoindre autour d'un cocktail composé

- D'un beau ciel bleu
- D'une mer à 28° (ici on longe en t-shirt)
- D'un sable d'un blanc immaculé
- De quelques fruits tropicaux arrosés des meilleurs rhums du monde
- De belles randonnées pédestres à la découverte des richesses naturelles et patrimoniales de l'île
- De belles rencontres avec les pratiquants de la Martinique et d'ailleurs
- Enfin une nourriture délicieuse dégustée les pieds dans l'eau

Tout cela enrobé d'une grande convivialité !!!

Gilles VICROBECK

Président du Comité de la Randonnée Pédestre de la Martinique



PRESENTATION

LES EPREUVES

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 à mains nues	6150m	F / H

Un compétiteur peut participer à plusieurs épreuves. Les épreuves du 50m 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 DEPART DES COMPETITIONS

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 (sur sélection)

2^{ème} journée :

Trail longue côte : 700m en longue côte + 1000m à pied à réaliser 3 fois (épreuve pour tous)

LES CATEGORIES

Un compétiteur sera classé dans la catégorie d'âge correspondant à l'âge qu'il aura dans le courant de l'année 2024.

- ❖ 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

CATEGORIES 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 DEROULEMENT DES EPREUVES

400m BINOME

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

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.

RELAIS MIXTE MONO PAGAIE 4x50m

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

8 équipes intègrent un tableau d'élimination directe. 4 équipes sont qualifiées d'office : Equipe de France A, Equipe de France B, Equipe de Martinique, Equipe de Guadeloupe. Les 4 autres équipes de « régions métropolitaines » seront constituées par les 4 meilleurs compétiteurs (2F/2H) appartenant à la même région (meilleurs temps du 50m Pagaie du matin). L'addition des classements scratch de chaque équipier du 50m pagaie déterminera la place d'entrée dans le tableau d'élimination. Le plus petit nombre de points prendra la 1^{er} place, etc ...

Quart de finales : 1^{er} contre 8^e, 2^e contre 7^e, 3^e contre 6^e, 4^e contre 5^e ;

Demi-finales : les gagnants des précédents duels s'affrontent en demi-finale en suivant le tableau ci-dessous ;

Finale B (3^e et 4^e places avec les perdants de la demi-finale) ;

Finale A (1^{er} et 2^e places avec les gagnants de la demi-finale).

L'épreuve est réalisée sous forme de duel entre deux équipes. L'équipe gagnante est celle dont le dernier coéquipier franchit la premier la ligne d'arrivée.

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.

TRAIL LONGE COTE

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

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

Cette épreuve chronométrée comprend 3 tours, le dernier tour sera annoncé par un moyen sonore (cloche).

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.

REGLEMENT

LES COMPORTEMENTS SANCTIONNES

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

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.

Reprendre le contournement dans le bon sens : l'arbitre siffle et fait un cercle avec le bras.

- ❖ **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** : 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** : (toujours Mer Terre).
Reprendre le contournement du bon sens
- ❖ **Prise d'appui sur un point de contournement**
Reprendre le contournement dans le bon sens
- ❖ **Heurt ou prise d'appui d'un point de contournement en le faisant chuter.**
Carton rouge, disqualification
- ❖ **En cas de faux départ**
1^{er} faux départ par le même compétiteur ou équipe : retour au point de départ
2^{ème} faux départ : **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**

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 :

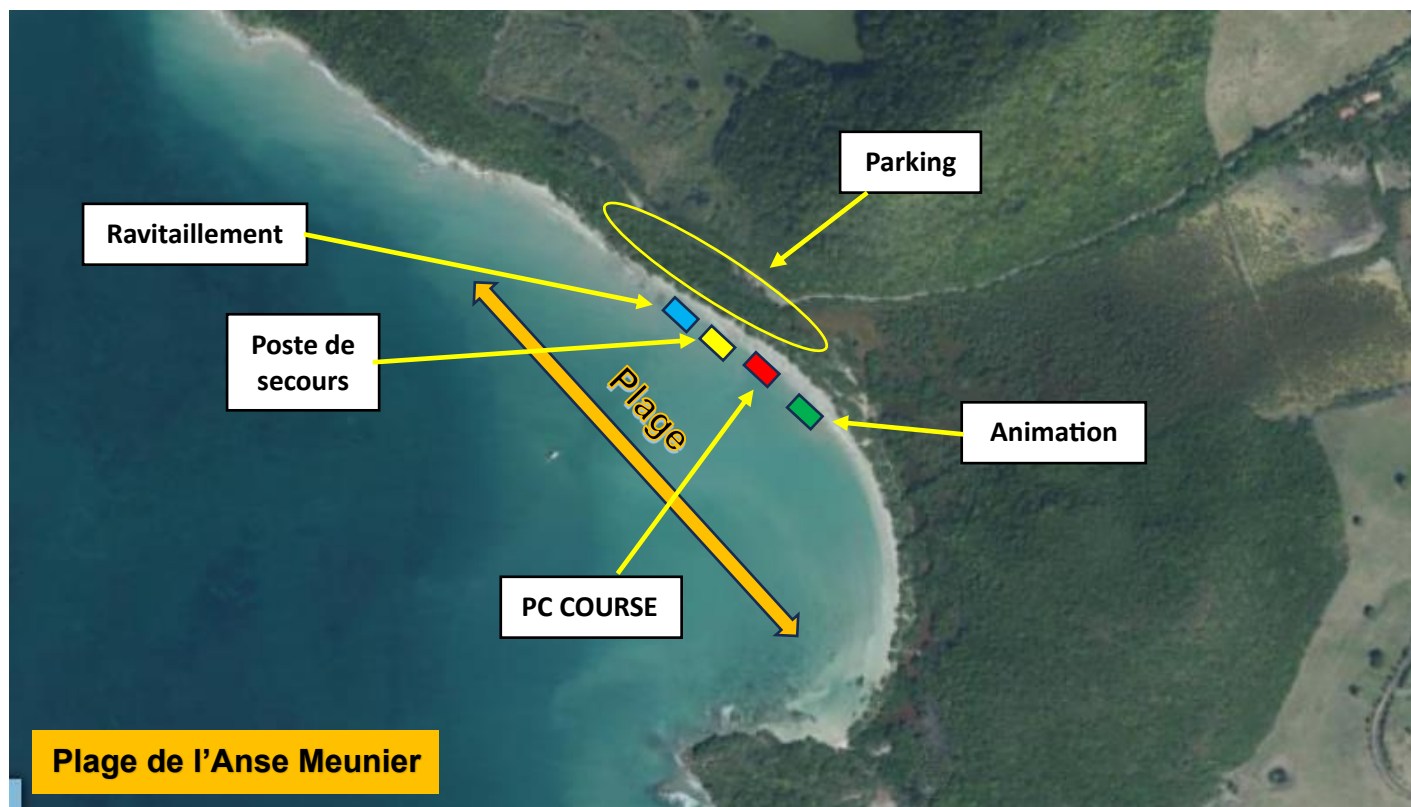
- ❖ Non-respect des règles de chronométrage
- ❖ Equipe incomplète à l'arrivée
- ❖ Tenue incorrecte (port de chaussures avec crampons style chaussures de football ou à pointes, de mauvaise position du dossard ou de la puce de chronométrage)
- ❖ Non-respect des consignes données par un officiel
- ❖ Non-assistance 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, impolitesses 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 longue côte du mémento Fédéral

PLANS ET DESCRIPTION DU SITE



DESCRIPTION

Anse Meunier aussi appelée Anse Moustique est une très belle plage de la côte sud caraïbe très calme avec ses eaux turquoises et son sable fin.

Cette plage fait partie du site classé par la ville de Sainte-Anne au titre de la loi du 2 mai 1930 (Art. R-341-1 et suivants du code de l'environnement), par décret du 22 août 2013 et du projet Grand Site de France.



CONTEXTE ENVIRONNEMENTAL

Espace naturel et paysages de grande qualité. En arrière plage se développe une magnifique mangrove repaire de nombreux oiseaux sédentaires ou migrateurs. On y trouve aussi plusieurs espèces de crabes.

ACCES

Au rond-point peu avant l'entrée du bourg de Sainte-Anne, prendre la 2ème sortie (D9) après 1,4 km quitter la route sur la droite suivre le chemin empierré jusqu'à la plage

Coordonnées GPS : 14°24'54.4"N – 060°53'10.7"W

ASPECT SECURITE

Ensoleillement, prévoir protection solaire

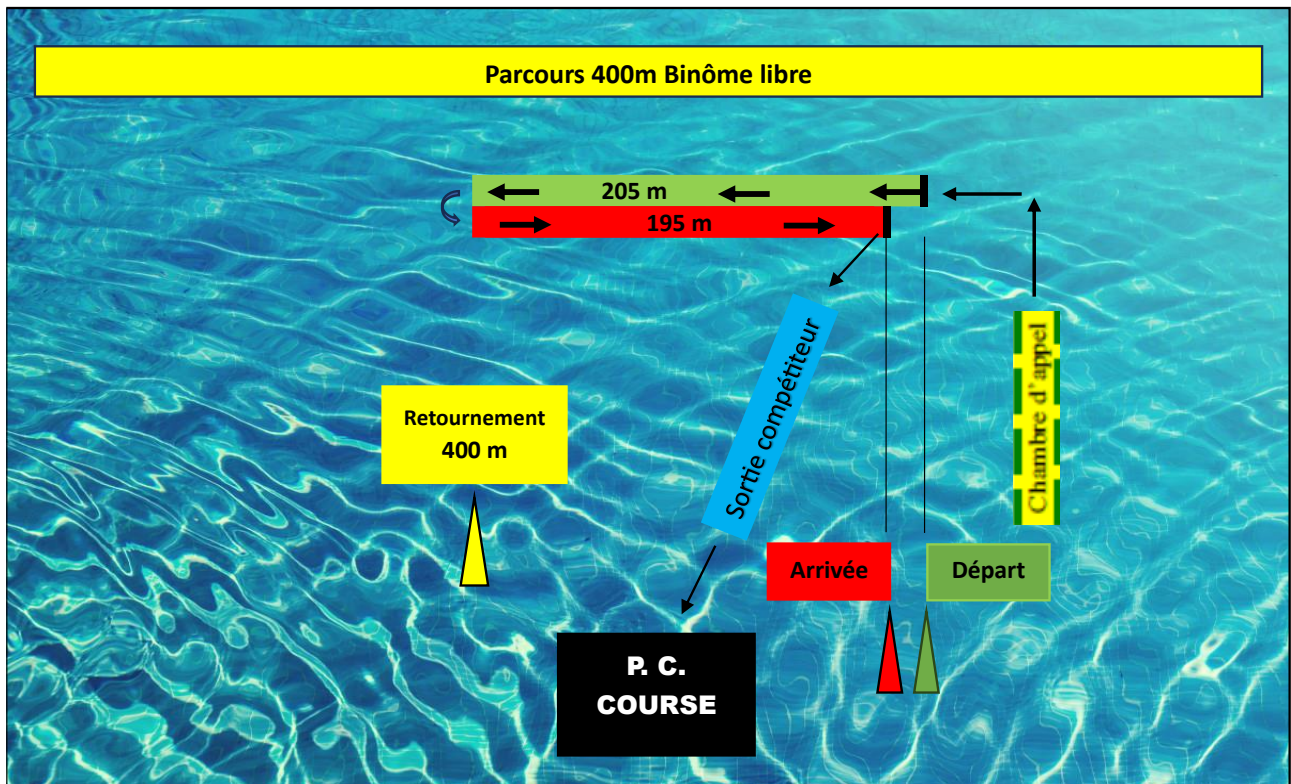
Attention au mancenillier, arbre toxique que l'on trouve sur la plage. Il est fortement recommandé de ne pas s'abriter sous ces arbres en cas de pluie. Son fruit est également très toxique.

DIFFICULTES LIEES AUX MAREES ET/OU AUX SAISONS

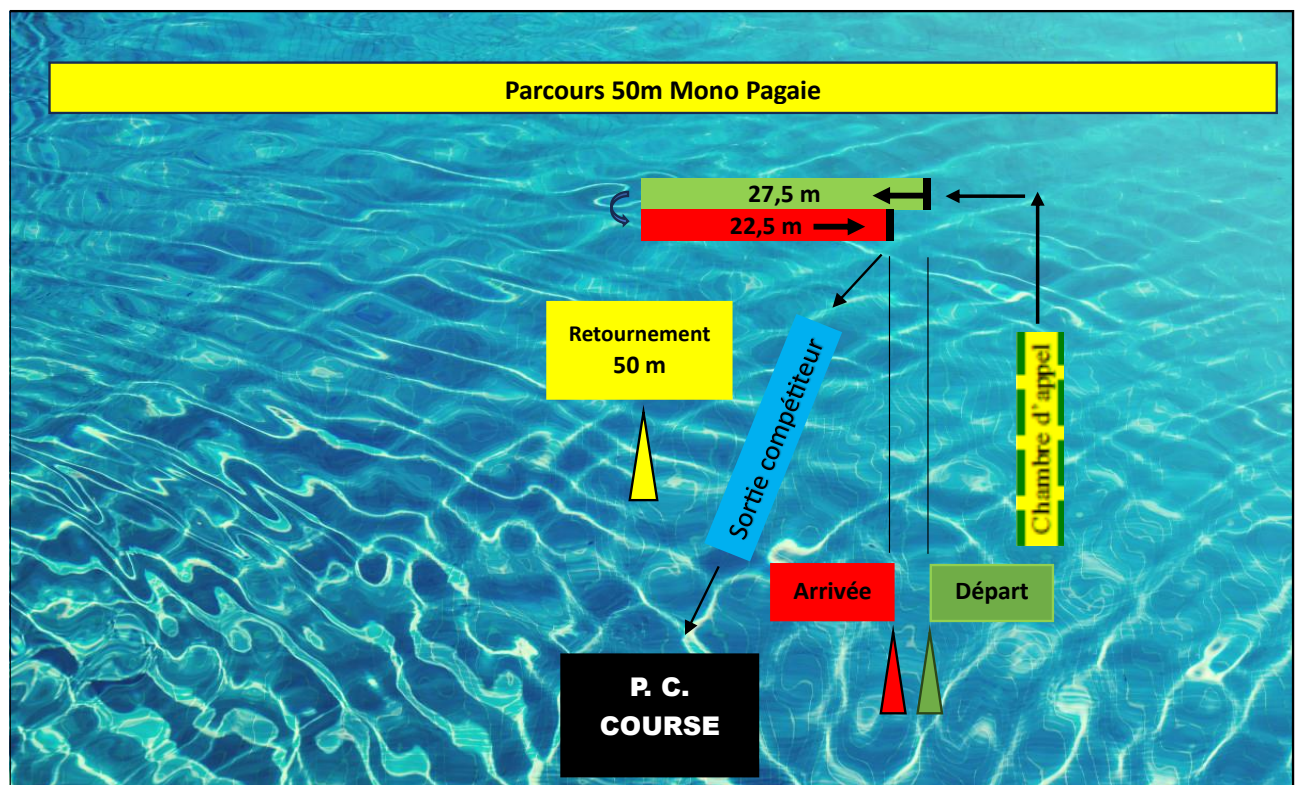
Pas de difficulté mer peu mouvementée, sauf en cas de houle cyclonique.

PARCOURS SAMEDI 03

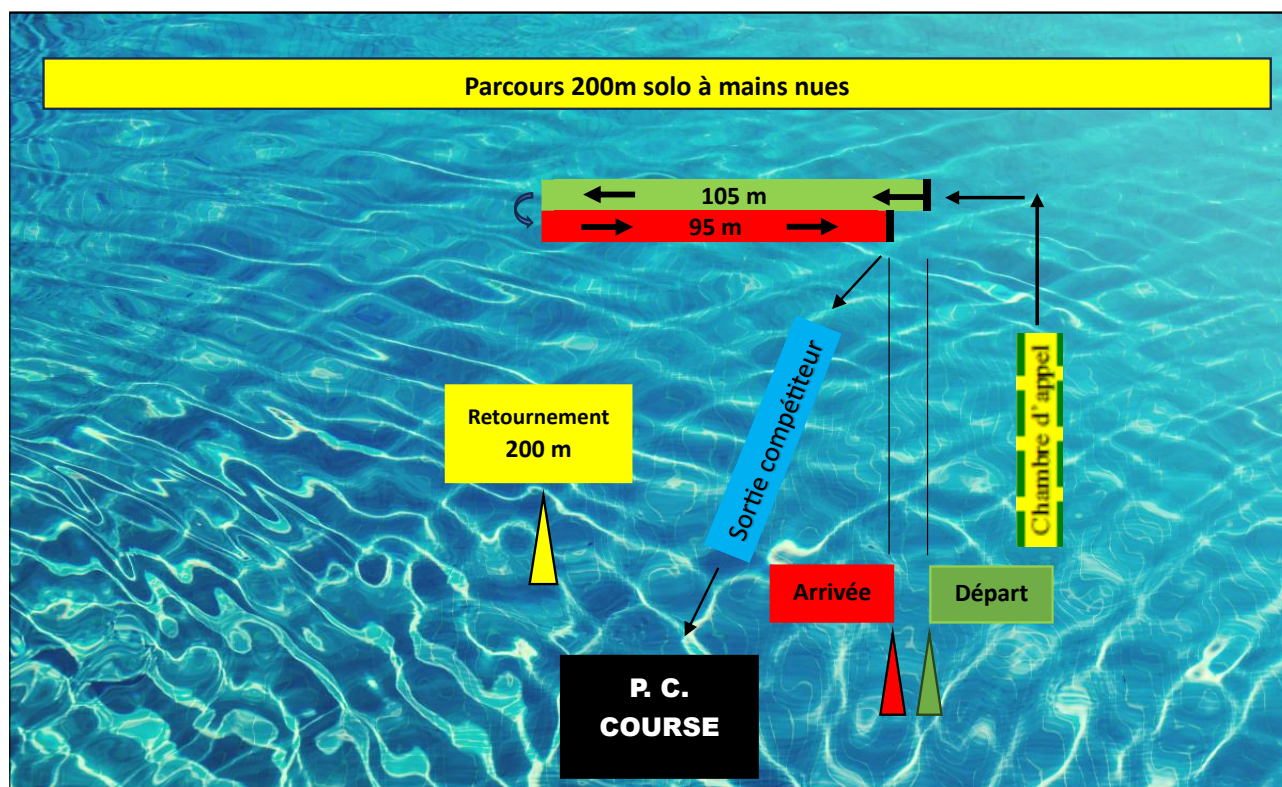
Epreuve 1



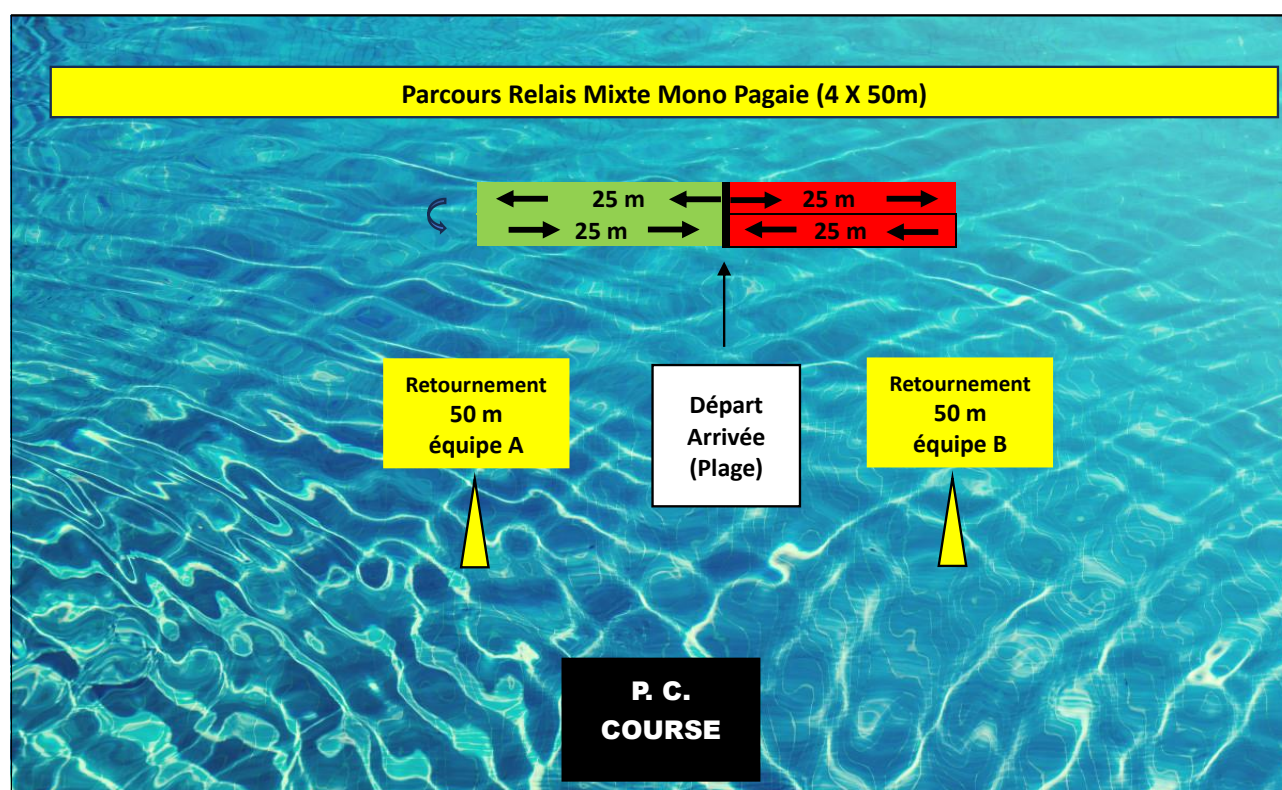
Epreuve 2



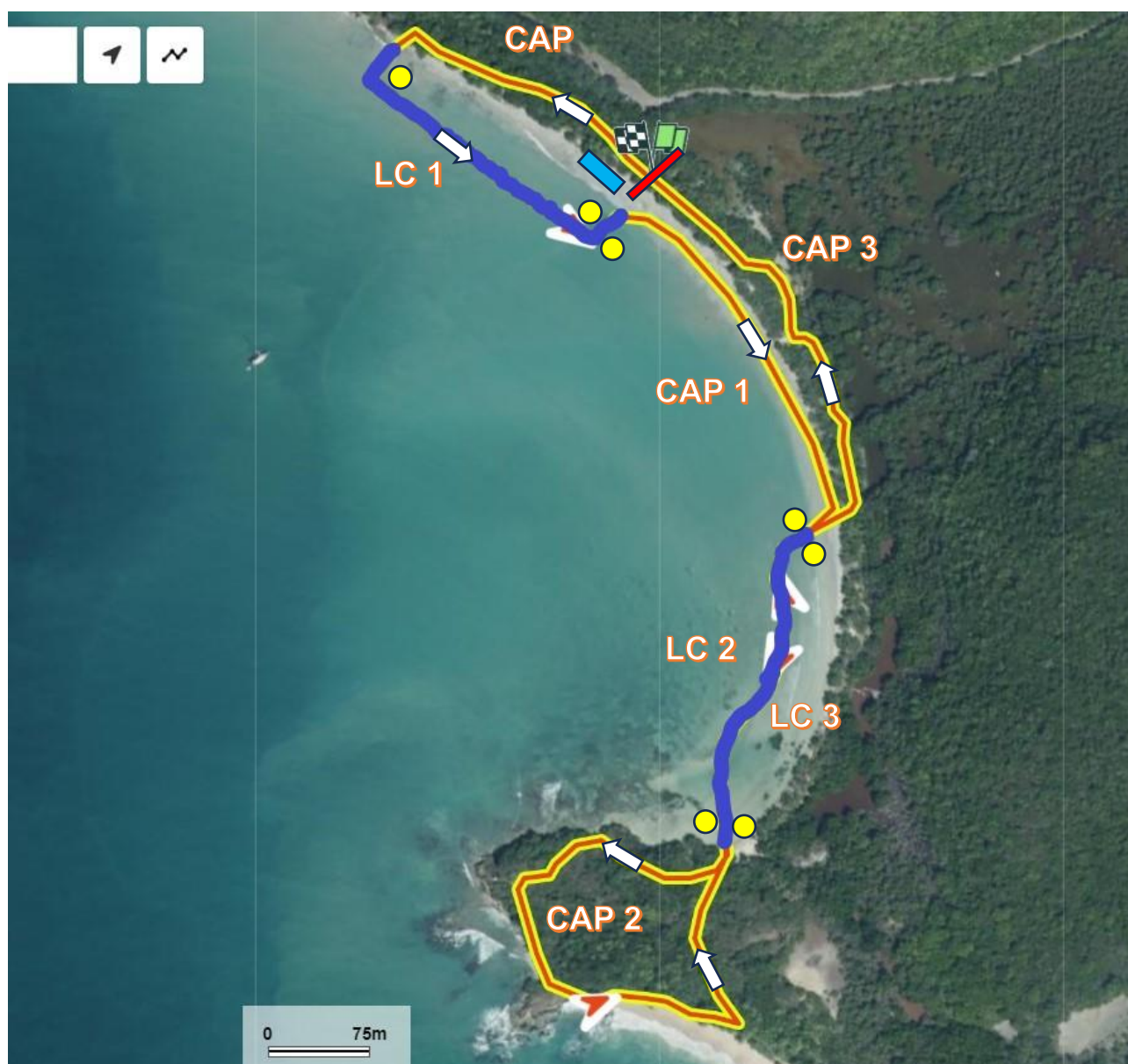
Epreuve 3



Epreuve 4



TRAIL LONGE CÔTE – DIMANCHE 04



Descriptif du parcours :

- Départ en course à pied sur 250m
- Session Longe Côte (LC)1 : 200m
- Session Course à Pied (CAP)1 : 300m
- Session LC2 : 250m
- Session CAP2 : 500m
- Session LC3 : 250m
- Session CAP3 : 300m

**Soit 2050m par tour à réaliser 3 fois
(LC : 700m / CAP : 1350m)**

Légende

-  P. C. COURSE
-  Départ/Arrivée
-  Amer
-  Course à pied(CAP)
-  Longe côte (LC)

INSCRIPTION

MODALITES D'INSCRIPTIONS

La Période d'inscription aux différentes épreuves de l'OPEN se déroulera du 01 octobre 2023 au 15 janvier 2024.

Les Inscriptions et paiements se font en ligne sur la plateforme HelloAsso

MONTANT DES DROITS D'INSCRIPTIONS :

Tarif licencié :

- 25€ pour le 1^{er} dossard
- 5€ par dossard supplémentaire

Tarif non licencié :

- 30€ pour le 1^{er} dossard
- 5€ par dossard supplémentaire

Déjeuner festif

- Compétiteur : 10€
- Accompagnant : 15€

DESISTEMENTS :

Lors de la période d'inscriptions et jusqu'au 15 janvier 2024 : tout désistement entrainera une retenue de 40% du montant de l'inscription.

A partir du 16 janvier 2024 : aucun désistement ne donnera lieu à remboursement

PROGRAMME

Horaires donnés à titre indicatif et susceptibles de modifications

VENDREDI 02 FEVRIER 2024

Plage de l'Anse Meunier

Entraînement et reconnaissance du lieu de compétition

14h00 - 17h00 (lieux à définir) Distribution des dossards, des puces pour le chronométrage électronique.

17h00 (lieux à définir) 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
- ❖ Échanges

SAMEDI 03 FEVRIER 2024

08h00 Cérémonie d'ouverture

Discours d'ouverture
Photo de groupe

08h30 Briefing de l'équipe d'arbitrage

Échauffement des compétiteurs (l'échauffement peut se faire sur le parcours, cette zone doit être libérée 5 minutes avant l'ouverture de la chambre d'appel).

09h00 Ouverture de la chambre d'appel

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

----- 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 04 FEVRIER 2024

08h00 Briefing de l'équipe d'arbitrage

Échauffement des compétiteurs (l'échauffement peut se faire sur le parcours, cette zone doit être libérée 5 minutes avant l'ouverture de la chambre d'appel).

09h00 Top départ du trail longue côte

12h00 Déjeuner festif

Cérémonie protocolaire de remise de médailles des journées du Samedi et Dimanche

JURY ET ARBITRAGE

MEMBRE DU JURY

Président du Comité de Martinique
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.

MEMBRES DU COMITE D'ÉQUITE

Président du Comité de la Randonnée Pédestre de la Martinique
Délégué anti-dopage
Représentant DRAJES
Représentant CTOSMA
Représentant FFRandonnée

ÉQUIPE 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.

RECUPERATION

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

ÉPREUVES

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 2 février 2024 de 14h à 17h.

Chaque compétiteur ou chaque équipe sera muni d'une seule 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.

CHRONOMETRAGE :

Chaque compétiteur des épreuves solo et capitaine d'équipe pour les épreuves binôme et Relais seront équipés de transpondeurs qui fonctionneront de manière automatique près du passage du portique.

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

RESULTATS

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

RECLAMATION

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.

LE DEVELOPPEMENT DURABLE

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**

ANNEXE 1 – FORMULAIRE D'INSCRIPTION

Annexe 1 : FORMULAIRE D'INSCRIPTION (A retourner avant le 15 janvier 2024)

PARCOURS CHOISI :

- ☐ Solo Mono Pagaie 50m
☐ Solo Mains nues 200m
☐ Binômes Libre 400m
☐ Relais Mono Pagaie (4 x 50m)
☐ Trail Longe Côte 6150m

COMPETITEUR

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Téléphone :

Email :

Licencié : ☐ oui ☐ non / N° Licence :

COMPOSITION DE L'EQUIPE (Binôme libre / Relais Mono Pagaie)

Nom	Prénom	Date de naissance	Licencié		N° Licence
			Oui	Nom	

PAIEMENTS :

Désignation	Qté	P.U	Montant
Dossard (licencié)		25.00 €	
Dossard (non licencié)		30.00 €	
Dossard supplémentaire		5.00 €	
Déjeuner compétiteur		10.00 €	
Déjeuner accompagnant		15.00 €	
TOTAL			

Lien de paiement : <https://www.helloasso.com/associations/comite-de-la-randonnee-pedestre-de-la-martinique/evenements/open-international-aqua-walking-martinique>

Date :

Signature :