

**SWIMRUN**  
**Volvic**  
**NOUMÉA**  
**DIMANCHE 16 MARS**

**SWIMRUN XL**  
39.3 KM  
RUN 31.1KM + SWIM 8.2KM

**SWIMRUN L**  
26.1 KM  
RUN 21.4KM + SWIM 4.7KM

**SWIMRUN M**  
12.5 KM  
RUN 10.3KM + SWIM 2.2KM

**SWIMRUN KIDS LU**  
975 M  
RUN 640 M + SWIM 335 M  
X1, X2 OU X3 SELON L'ÂGE

**K** DYNAMIK  
INSCRIPTIONS  
SUR [INLIVE.NC](http://INLIVE.NC)

**Anchor**  
grandir ensemble

**W**

**Volvic**

**SPORT TEAM**  
TRIATHLON | TRAIL | SWIMRUN

**CAC**  
Centre de la Course d'Aviron

**LIGUE REGIONALE DE TRIATHLON**  
PROVINCE SUD

**PROVINCE SUD**

**COMUNES**  
VILLE DE NOUMÉA

## 1. PRÉSENTATION :

Le SWIMRUN VOLVIC est organisé par l'association DYNAMIK NC.

Le SWIMRUN NEW CALEDONIA ne pouvant s'organiser cette année sur le lac de Yaté, l'organisation a souhaité proposer sur Nouméa un swimrun d'envergure pour les sportifs et la communauté de swimrunners de Nouvelle-Calédonie.

4 distances sont proposées et pour chacune d'entre elles il s'agit d'alterner des sections de course à pied et des sections de natation.

Les 4 épreuves proposées sont : le SWIMRUN XL, le SWIMRUN L, le SWIMRUN M et le SWIMRUN KIDS réservé aux enfants.

Le SWIMRUN XL et le SWIMRUN L s'effectuent par équipe de 2 swimrunners. Ces derniers doivent rester ensemble tout au long du parcours.

Le SWIMRUN M peut s'effectuer en Duo ou en Solo (sans classement).

Le SWIMRUN KIDS s'effectue seul (sans classement).

## 2. PARCOURS :

	<b>SWIMRUN XL</b> Difficulté ★★★★★			<b>SWIMRUN L</b> Difficulté ★★★★★			<b>SWIMRUN M</b> Difficulté ★★★★★			<b>SWIMRUN KIDS</b> Difficulté ★★★★★
<b>Catégories</b>	<b>A partir de 18 ans</b>			<b>A partir de 18 ans</b>			<b>A partir de 16 ans</b>			<b>De 6 à 15 ans</b>
<b>Distance</b>	<b>39.3 km</b>			<b>26.1 km</b>			<b>12.5 km</b>			<b>975 m</b>
<b>dont course</b>	<b>31.1 km</b>			<b>21.4 km</b>			<b>10.3 km</b>			<b>640 m</b>
<b>dont nage</b>	<b>8.2 km</b>			<b>4.7 km</b>			<b>2.2 km</b>			<b>335 m</b>
<b>Equipes</b>	Hommes	Mixte	Femmes	Hommes	Mixte	Femmes	Hommes	Mixte	Femmes	Individuel
<b>Classement</b>	Scratch	Mixte	Femmes	Scratch	Mixte	Femmes	Scratch	Mixte	Femmes	Sans classement
<b>Parcours</b>	De Amorino Sainte-Marie au CNC et retour			De baie des Citrons à Amorino Sainte-Marie			De baie des Citrons à Amorino Sainte-Marie			1, 2 ou 3 boucles à la BD
<b>Ravitaillements</b>	PC1-PC2-PC3-PC2-PC1-PC4			PC2-PC1-PC4			PC2-PC1			/

# SWIMRUN XL

Départ Amorino Sainte-Marie > PPV > CAN > Côte Blanche > Piscine Ouen-Toro > Plage Méridien  
 > Filet Méridien > Anse-Vata > Boucle BD > BD > Longe filet BD > BD > Piscine CNC > Longe filet BD  
 > Anse-Vata > Filet Méridien > Aquarêve > Canons Ouen-Toro > Piscine Ouen-Toro > Côte Blanche  
 > CAN > PPV > Piscine Magenta > Mangrove > Arrivée Amorino Sainte-Marie



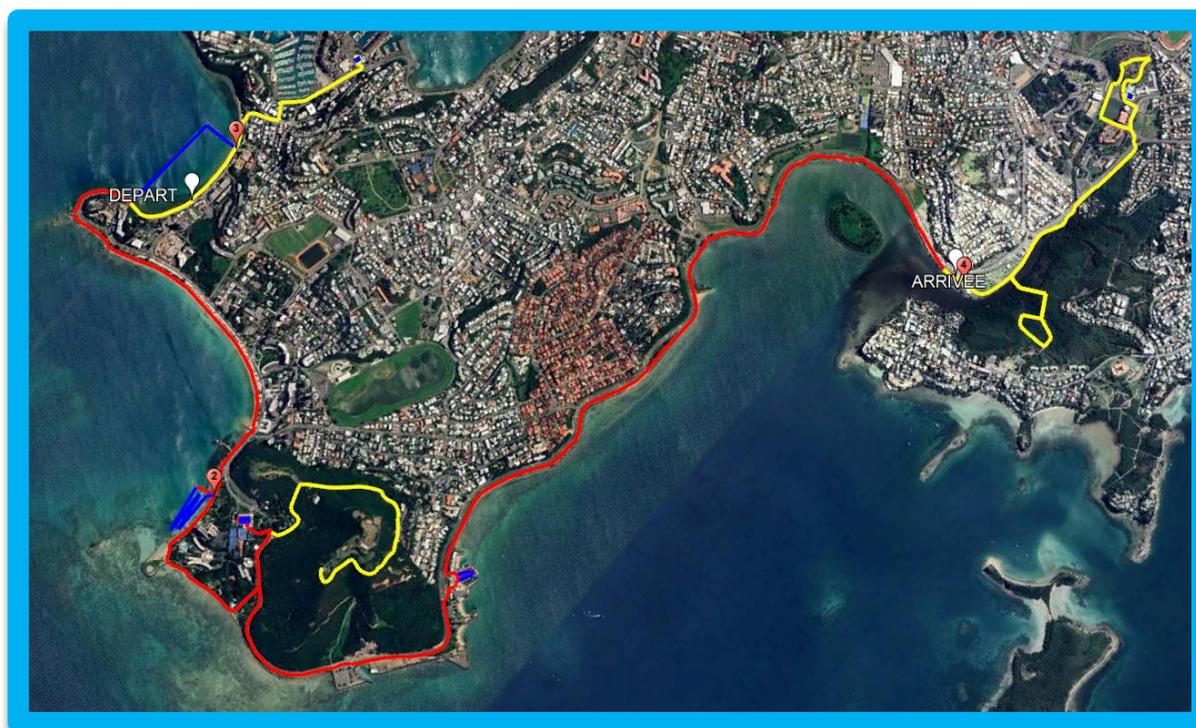
SWIMRUN XL (18 ans et +)			
SECTIONS	RUN	SWIM	CUMUL
RUN 1	4 020		4 020
SWIM 1		160	4 180
RUN 2	30		4 210
SWIM 2		160	4 370
RUN 3	2 020		6 390
SWIM 3		400	6 790
RUN 4	125		6 915
SWIM 4		400	7 315
RUN 5	125		7 440
SWIM 5		400	7 840
RUN 6	825		8 665
SWIM 6		855	9 520
RUN 7	2 175		11 695
SWIM 7		1 130	12 825
RUN 8	670		13 495
SWIM 8		675	14 170
RUN 9	1 595		15 765
SWIM 9		175	15 940
RUN 10	50		15 990
SWIM 10		175	16 165
RUN 11	50		16 215
SWIM 11		175	16 390
RUN 12	980		17 370
SWIM 12		675	18 045
RUN 13	2 265		20 310
SWIM 13		855	21 165
RUN 14	4 480		25 645
SWIM 14		400	26 045
RUN 15	125		26 170
SWIM 15		400	26 570
RUN 16	125		26 695
SWIM 16		400	27 095
RUN 17	2 145		29 240
SWIM 17		160	29 400
RUN 18	30		29 430
SWIM 18		160	29 590
RUN 19	6 335		35 925
SWIM 19		150	36 075
RUN 20	75		36 150
SWIM 20		150	36 300
RUN 21	75		36 375
SWIM 21		150	36 525
RUN 22	2 780		39 305
RATIO	79,1%	20,9%	100%
TOTAL	31 100	8 205	39 305

# SWIMRUN L

Départ Amorino BD > BD > Longe filet BD > BD > Piscine CNC > Longe filet BD

> Anse-Vata > Filet Méridien > Aquarêve > Canons Ouen-Toro > Piscine Ouen-Toro

> Côte Blanche > CAN > PPV > Piscine Magenta > Mangrove > Arrivée Amorino Sainte-Marie



SWIMRUN L (18 ans et +)			
SECTIONS	RUN	SWIM	CUMUL
RUN 1	320		320
SWIM 1		675	995
RUN 2	1 595		2 590
SWIM 2		175	2 765
RUN 3	50		2 815
SWIM 3		175	2 990
RUN 4	50		3 040
SWIM 4		175	3 215
RUN 5	980		4 195
SWIM 5		675	4 870
RUN 6	2 265		7 135
SWIM 6		855	7 990
RUN 7	4 480		12 470
SWIM 7		400	12 870
RUN 8	125		12 995
SWIM 8		400	13 395
RUN 9	125		13 520
SWIM 9		400	13 920
RUN 10	2 145		16 065
SWIM 10		160	16 225
RUN 11	30		16 255
SWIM 11		160	16 415
RUN 12	6 335		22 750
SWIM 12		150	22 900
RUN 13	75		22 975
SWIM 13		150	23 125
RUN 14	75		23 200
SWIM 14		150	23 350
RUN 15	2 780		26 130
<b>RATIO</b>	<b>82,0%</b>	<b>18,0%</b>	<b>100%</b>
<b>TOTAL</b>	<b>21 430</b>	<b>4 700</b>	<b>26 130</b>

DYNAMIK NC

AFFILIEE A LA F.F.TRI / N° RIDET : 1 629 781.001 / RNA : W9N1013408



## SWIMRUN M

Départ Amorino BD > BD > Radeau BD > Anse-Vata > Filet Méridien > Aquarêve > Piscine Ouen-Toro > Côte Blanche > CAN > PPV > Arrivée Amorino Sainte-Marie



SWIMRUN M (16 ans et +)			
SECTIONS	RUN	SWIM	CUMUL
RUN 1	320		320
SWIM 1		580	900
RUN 2	2 265		3 165
SWIM 2		500	3 665
RUN 3	1 380		5 045
SWIM 3		400	5 445
RUN 4	125		5 570
SWIM 4		400	5 970
RUN 5	2 145		8 115
SWIM 5		160	8 275
RUN 6	30		8 305
SWIM 6		160	8 465
RUN 7	4 020		12 485
RATIO	82,4%	17,6%	100%
TOTAL	10 285	2 200	12 485

DYNAMIK NC

AFFILIEE A LA F.F.TRI / N° RIDET : 1 629 781.001 / RNA : W9N1013408



# SWIMRUN KIDS - LU

Départ BD > BD > aller-retour radeau 1 > BD > aller-retour radeau 2 > Arrivée BD  
1, 2 ou 3x selon l'âge



SWIMRUN KIDS (6-8 ans)			
SECTIONS	RUN	SWIM	CUMUL
RUN 1	320		320
SWIM 1		150	470
RUN 2	220		690
SWIM 2		185	875
RUN 3	100		975
RATIO	65,6%	34,4%	100%
TOTAL	640	335	975

SWIMRUN KIDS (9-11 ans)			
SECTIONS	RUN	SWIM	CUMUL
RUN 1	320		320
SWIM 1		150	470
RUN 2	220		690
SWIM 2		185	875
RUN 3	420		1 295
SWIM 3		150	1 445
RUN 4	220		1 665
SWIM 4		185	1 850
RUN 5	100		1 950
RATIO	65,6%	34,4%	100%
TOTAL	1 280	670	1 950

SWIMRUN KIDS (12-15 ans)			
SECTIONS	RUN	SWIM	CUMUL
RUN 1	320		320
SWIM 1		150	470
RUN 2	220		690
SWIM 2		185	875
RUN 3	420		1 295
SWIM 3		150	1 445
RUN 4	220		1 665
SWIM 4		185	1 850
RUN 5	420		2 270
SWIM 5		150	2 420
RUN 6	220		2 640
SWIM 6		185	2 825
RUN 7	100		2 925
RATIO	65,6%	34,4%	100%
TOTAL	1 920	1 005	2 925

DYNAMIK NC

AFFILIEE A LA F.F.TRI / N° RIDET : 1 629 781.001 / RNA : W9N1013408



### 3. PROGRAMME

	SWIMRUN XL	SWIMRUN L	SWIMRUN M	SWIMRUN KIDS
Emargement + vérification matériel	5h15 – 5h45	6h15 – 7h25	6h15 – 7h25	6h15 – 6h50
Départ	6h00	Autour de 7h45 Juste après passage des 1 <sup>ers</sup> du XL	Autour de 7h45 Juste après passage des 1 <sup>ers</sup> du XL	7h
Deadlines intermédiaires	PC3 (Départ du L&M) à 9h30 au plus tard	PC4 à 12h00 au plus tard	/	/
	PC4 à 12h00 au plus tard			
Deadline arrivée	14h00 (8h de course)	14h00 (6h15 de course)	14h00 (6h15 de course)	/

NB : le jour de la course, le lever du soleil est prévu à 5h56 et le coucher à 18h09 sur Nouméa.

La marée sera basse à 4h01 (0.35m), haute à 10h15 (1.5m) puis de nouveau basse à 16h30 (0.38)

### 4. RÉCOMPENSES

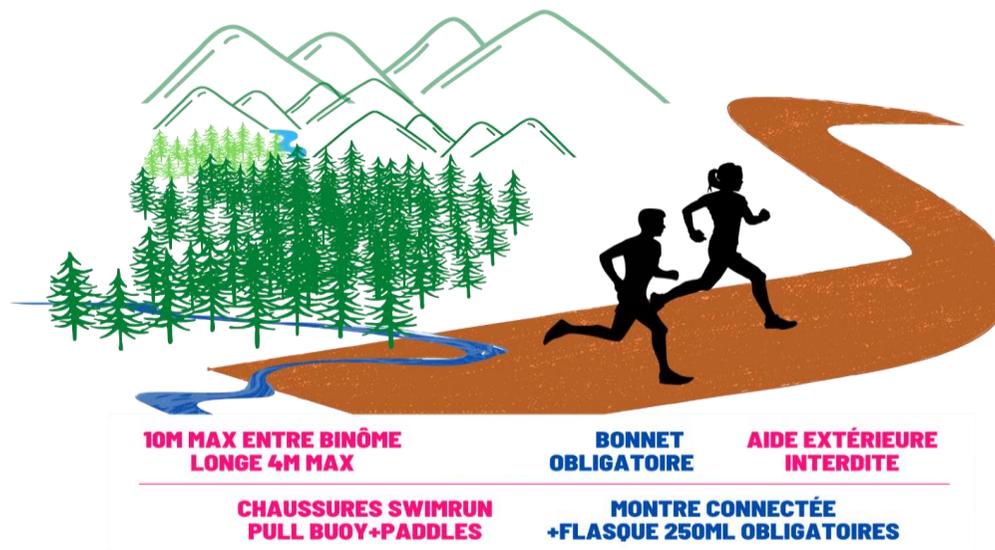
	SWIMRUN XL	SWIMRUN M	SWIMRUN M	SWIMRUN M SOLO	SWIMRUN KIDS		
Horaire	14h00 à Amorino Sainte-Marie				Sans classement		
Classement et récompenses	3 premières équipes			3 premières équipes			
	Scratch	Mixte	Femmes	Scratch		Mixte	Femmes

## 5. RÈGLES :

Pour toutes les courses, tous les participants doivent obligatoirement être assurés le jour de l'épreuve. Pour cela, 2 possibilités :

- Soit être licencié compétition à la FFTRI (fédération française de triathlon),
- Soit remplir et payer un Pass Compétition FFTRI à la journée (lien vers le page dédiée FFTRI au moment de l'inscription). **Ce Pass est payant au tarif de 8€, sauf pour le SWIMRUN KIDS pour lequel le Pass est gratuit (mais obligatoire tout de même).**

OBLIGATIONS	DISQUALIFICATIONS	PRÉCONISATIONS
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Port du <b>bonnet de l'événement</b> lors des parties nagées</li> <li>● <b>1 flasque de 250ml</b> minimum/pers.</li> <li>● Partir et arriver avec le <b>même matériel</b></li> <li>● <b>10 mètres max</b> entre les 2 équipiers tout au long de la course</li> <li>● Franchir ensemble la ligne d'arrivée</li> <li>● Respecter le <b>code de la route</b> (trottoirs, passages piétons)</li> <li>● Respecter le <b>balisage</b> mis en place</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Plus de 10 mètres</b> entre les coéquipiers</li> <li>● Recevoir de <b>l'aide extérieure</b></li> <li>● Non-respect du <b>code de la route</b></li> <li>● Non-respect du <b>balisage</b></li> <li>● Non-respect de <b>l'environnement</b></li> <li>● <b>Refus d'aide</b> à personnes en danger, à concurrent blessé</li> <li>● 1 paire de palmes dont la voileure fait + de 15cm</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 1 paire de <b>chaussures adaptées</b></li> <li>● 1 <b>pull buoy</b> de dimensions max 32x30x15cm</li> <li>● 1 paire de <b>paddles</b></li> <li>● 1 paire de <b>lunettes</b> de natation</li> <li>● 1 <b>longe</b> de 4 mètres maximum</li> <li>● 1 <b>contenant</b> d'au moins 250ml/pers.</li> <li>● 1 <b>montre connectée</b> avec le parcours téléchargé/équipe</li> </ul>



DYNAMIK NC

AFFILIEE A LA F.F.TRI / N° RIDET : 1 629 781.001 / RNA : W9N1013408



## 6. RESPONSABILITÉS :

---

- Sur la section de nage au niveau du Centre des Activités Nautiques (CAN) de la province Sud, l'organisation met en place un protocole de protection avec 3 kayakistes et 1 bateau moteur, en sus de 2 personnes à terre. L'embarcation à moteur effectuera des rondes à partir de 30min avant le passage de la première équipe. La zone de nage ne dépasse pas la ligne imaginaire allant du bassin flottant à la berge. Chaque participant accepte en totale connaissance de cause de nager dans cette zone surveillée par les bénévoles mais non sécurisée par un filet anti-requin. En aucun cas l'organisation ne pourra être tenue pour responsable en cas d'accident/incident survenu dans cette section de nage.
- L'organisation ne pourra pas être tenue pour responsable en cas d'accident survenu en dehors des limites du parcours fixées par le balisage.
- Le jour de l'épreuve, le directeur de course peut être amené à prendre toutes mesures qu'il juge opportunes afin d'assurer le bon fonctionnement de l'épreuve ainsi que la sécurité des concurrents et/ou des membres de l'organisation.
- Les concurrents acceptent de se soumettre aux décisions des commissaires de course, étant d'ores et déjà précisé que celles-ci sont sans appel.
- Responsabilité civile : L'association DYNAMIK NC est couverte par une police d'assurance Responsabilité Civile de la FFTRI.
- Individuelle accident : Les participants, licenciés ou ayant pris le Pass Compétition à la journée, bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence.
- L'organisation ne pourra être tenue pour responsable en cas d'accident d'un participant étant sorti du tracé du parcours, ayant traversé une route en dehors des passages piétons par exemple.
- L'organisation ne pourra pas être tenue pour responsable en cas d'accident ou de défaillance provoqués par un mauvais état de santé du concurrent, ou bien par un matériel ou un équipement défectueux, auquel celui-ci aura eu recours.
- L'organisation ne pourra être tenue pour responsable en cas de perte ou de vol de matériel appartenant aux concurrents.
- L'inscription sur le site de InLive ainsi que l'émargement manuscrit le matin de la course vaut acceptation de ce règlement de course.
- La réglementation générale qui régit l'événement est celle de la Fédération Française de Triathlon (FFTRI).

## 7. INSCRIPTIONS & TARIFS :

	SWIMRUN XL	SWIMRUN L	SWIMRUN M	SWIMRUN M SOLO	SWIMRUN KIDS
Inscriptions	Toutes les informations sur l'événement sur notre page Facebook Inscriptions sur <a href="http://www.inlive.nc">www.inlive.nc</a>				Inscriptions sur <a href="http://www.inlive.nc">www.inlive.nc</a> et sur place
Date limite des inscriptions	<b>Jeudi 13 mars à 23h59</b>				
Tarifs jusqu'au 21 février	8.000 XPF/équipe	6.000 XPF/équipe	5.000 XPF/équipe	2.500 XPF	1.000 XPF
Tarifs du 22 février au 13 mars	10.000 XPF/équipe	8.000 XPF/équipe	6.000 XPF/équipe	3.000 XPF	1.000 XPF
Tarif sur place	/	/	/	/	1.500 XPF
Limite nombre d'inscriptions	25 équipes	60 équipes	40 équipes	40 participants	40 participants
Inclus dans le tarif	1 t-shirt FINISHER + →	1 bonnet + ravitaillements de qualité sur chaque PC			1 bonnet
Réunion Briefing	<b>Jeudi 13 mars à 18h au CAN. Présence vivement conseillée</b>				/
Retrait des dossards	1 bonnet par participant et 1 puce électronique par équipe (à mettre obligatoirement à la cheville droite) au moment de l'émargement le matin de la course				1 bonnet le matin à l'émargement
Annulation et remboursements	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jusqu'au jeudi 13 mars avril 23h59, en cas d'indisponibilité justifiée (maladie, cas de force majeure), un concurrent peut céder sans frais son inscription à une tierce personne qui devra remplir à son tour les obligations d'inscription (licence, Pass Compétition, certificat médical, etc.) avant cette même date butoir,</li> <li>- Aucun remboursement ne sera effectué aux équipes et participants absents le jour de l'épreuve,</li> <li>- Un remboursement à hauteur de 50% sera effectué en cas d'annulation de l'épreuve du fait d'un événement extrinsèque à l'organisation (vigilance/alerte météo, Covid...),</li> <li>- Un remboursement total, hors frais InLive, sera effectué en cas de report de l'événement du fait de l'organisation, la nouvelle date fixée ne convenant pas au concurrent,</li> <li>- Un remboursement total sera effectué en cas d'annulation de l'événement du fait de l'organisation.</li> </ul>				

**NB : selon le règlement FFTRI, « l'âge d'un athlète est déterminé par son âge au 31 décembre de l'année de compétition. »**

**L'athlète doit donc avoir 18 ans dans l'année pour participer aux SWIMRUN XL et L, 16 ans dans l'année pour le SWIMRUN M et 6 ans dans l'année pour les KIDS.**

## 8. ACCÈS ET DÉPLACEMENTS :

---

- Le départ du *SWIMRUN XL* se situe au niveau d'Amorino Sainte-Marie. Parking disponible sur place.
- Le départ du *SWIMRUN L* du *SWIMRUN M* et du *SWIMRUN KIDS* se situe sur la plage de la baie des Citrons, côté le plus vers le rocher à la voile. Parking disponible sur place.
- L'arrivée des 3 épreuves adultes se situe au niveau d'Amorino Sainte-Marie. Parking disponible sur place.
- Pour rallier le départ de votre course pensez à privilégier le covoiturage, le vélo ou la marche.
- Aucun transport n'est prévu par l'organisation pour déplacer les concurrents de l'arrivée au départ.
- Au départ des différentes épreuves, l'organisation ne conserve pas les clés des véhicules des participants. A chacun de s'organiser.
- Pour les participants du *SWIMRUN L* et du *SWIMRUN M* et dans la mesure du possible, l'organisation fournira une étiquette que chaque participant pourra attacher à son sac, qui sera transporté par l'organisation entre le départ et l'arrivée. Charge à chacun de sécuriser l'ouverture de son sac. L'organisation ne sera en aucun cas responsable de toute perte d'objet supposé être dans le sac.

## 9. DROIT À L'IMAGE :

---

Chaque concurrent autorise l'organisation à utiliser toutes les images sur lesquelles il pourrait être identifié, dans le cadre des documents promotionnels et publicitaires nécessaires suite à l'événement et pour les années suivantes.

## 10. CONTACTS ET LIENS UTILES :

---

MAIL	FACEBOOK	INSTAGRAM
<a href="mailto:infos.dynamik@gmail.com">infos.dynamik@gmail.com</a>	 Dynamik NC	dynamik_nc