



## PROGRAMME JUI 2023

*Votre numéro de bonnet se trouve sur votre confirmation d'inscription.*

*Il n'est pas possible de changer de numéro de bonnets.*

### VENDREDI 02 JUI

---

#### 5K - sans palmes

ATTENTION !! SOYEZ PONCTUEL !!!

06:45 • Ouverture du village

06:45 • Retrait des bonnets de 1 à 244

07:00 • Retrait des bonnets de 245 à 488

07:15 • Retrait des bonnets de 489 à 736

08:40 • **Départ de la course – Première vague**

07:45 • Retrait des bonnets de 737 à 983

08:00 • Retrait des bonnets de 984 à 1213

08:15 • Retrait des bonnets de 1214 à 1433

09:40 • **Départ de la course – Deuxième vague**

12:30 • Remise des récompenses

#### 3.5K - sans palmes

De 11:00 à 13:00 • Retrait des bonnets de 1434 à 1954

13:30 • Briefing de sécurité pour les nageurs

13:45 • Embarquement pour l'île Degaby

14:30 • **Départ de la course**

16:30 • Remise des récompenses

#### 2K AFTERWORK (avec ou sans palmes)

17:30 • Retrait des bonnets de 1955 à 2524

18:40 • Briefing de sécurité pour les nageurs

19:00 • **Départ de la course**

20:00 • Remise des récompenses & After Work

*Votre numéro de bonnet se trouve sur votre confirmation d'inscription.*

*Il n'est pas possible de changer de numéro de bonnets.*

## **SAMEDI 03 JUIN**

---

### **5K - avec palmes**

**ATTENTION !! SOYEZ PONCTUEL !!!**

06:45 • Ouverture du village

06:45 • Retrait des bonnets de 2525 à 2743

07:00 • Retrait des bonnets de 2744 à 2960

07:15 • Retrait des bonnets de 2961 à 3172

08:40 • **Départ de la course - Première vague**

07:45 • Retrait des bonnets de 3173 à 3389

08:00 • Retrait des bonnets de 3390 à 3601

08:15 • Retrait des bonnets de 3602 à 3832

09:40 • **Départ de la course – Deuxième vague**

12:30 • Remise des récompenses

### **2.5K - sans palmes**

À partir de 11:00 • Retrait des bonnets de 3833 à 4619

13:30 • Briefing de sécurité pour les nageurs

14:00 • **Départ de la course**

15:30 • Remise des récompenses

### **2K TEAM (avec ou sans palmes)**

À partir de 14:00 • Retrait des bonnets de 4620 à 5200

15:45 • Briefing de sécurité pour les nageurs

16:00 • **Départ de la course**

17:00 • Remise des récompenses

*Votre numéro de bonnet se trouve sur votre confirmation d'inscription.*

*Il n'est pas possible de changer de numéro de bonnets.*

## **DIMANCHE 04 JUIN**

---

### **5K REGION SUD - sans palmes**

ATTENTION !! **SOYEZ PONCTUEL !!!**

06:45 • Ouverture du village

06:45 • Retrait des bonnets de 101 à 319

07:00 • Retrait des bonnets de 320 à 546

07:15 • Retrait des bonnets de 547 à 766

08:40 • **Départ de la course**

### **6K REGION SUD - sans palmes**

07:45 • Retrait des bonnets de 767 à 989

08:00 • Retrait des bonnets de 990 à 1202

08:15 • Retrait des bonnets de 1203 à 1405

09:40 • **Départ de la course**

12:30 • Remise des récompenses 5K REGION SUD et 6K REGION SUD

### **2.5K avec palmes**

À partir de 11:00 • Retrait des bonnets de 1406 à 1834

13:30 • Briefing de sécurité pour les nageurs

14:00 • **Départ de la course**

15:30 • Remise des récompenses

### **1K (avec ou sans palmes)**

À partir de 14:00 • Retrait des bonnets de 1835 à 2398

15:45 • Briefing de sécurité pour les nageurs

16:00 • **Départ de la course**

17:00 • Remise des récompenses