

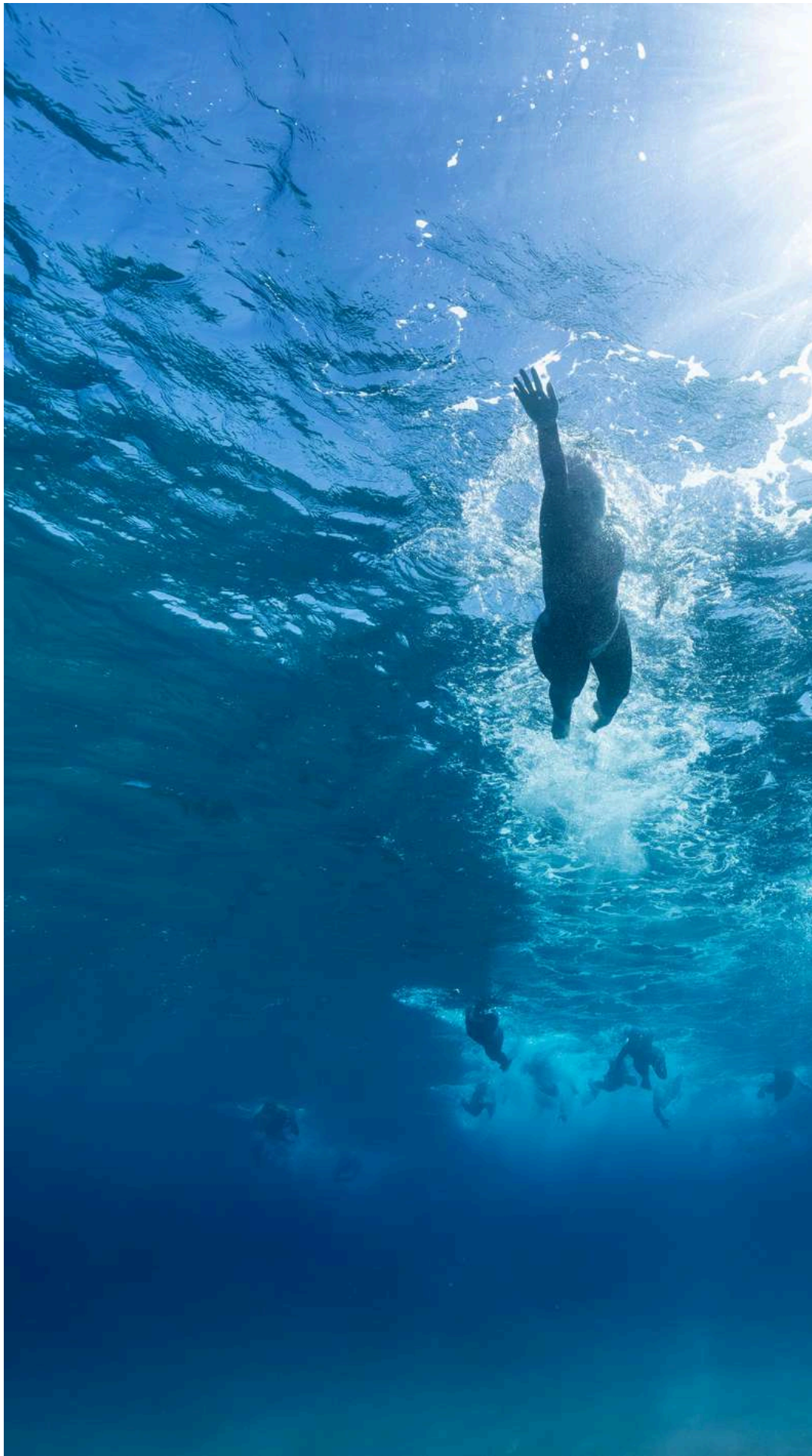
LE DÉFI DE

# MONTE CRISTO

LA CIOTAT  
2<sup>ème</sup> ÉDITION - 2025

DU 12 AU 14 SEPTEMBRE





An underwater photograph showing several swimmers in clear, vibrant blue water. The swimmers are in various stages of a stroke, with their arms and legs visible. The water is exceptionally clear, allowing for a detailed view of the swimmers' movements and the surrounding environment. The lighting is bright, creating a sense of depth and clarity.

# LE CONCEPT

L'organisation du Défi de Monte-Cristo propose désormais un nouveau rendez-vous aux nageurs du monde entier : **Le Défi de Monte-Cristo - La Ciotat.**

Ce défi dépasse la simple course en mer : c'est une aventure humaine où chacun repousse ses limites ! Et quel cadre plus inspirant pour relever un tel défi que La Ciotat, avec sa baie classée parmi **les plus belles au monde** ? Ses eaux limpides et son environnement naturel exceptionnel offrent un décor à couper le souffle.

En 2025, le Défi de Monte-Cristo lance sa 2ème édition à la Ciotat, du **12 au 14 Septembre.**

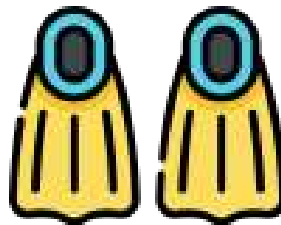
Cet événement, s'impose déjà comme un rendez-vous incontournable pour les passionnés de nage en eau libre ! Préparez-vous à vibrer au rythme de ce défi extraordinaire et à partager ensemble l'amour de la mer et du sport.

# LE DÉFI

EN CHIFFRES



LE PLUS GRAND  
RASSEMBLEMENT  
DE NAGE EN EAU LIBRE  
**D'EUROPE**



**61 700\***  
**NAGEURS**

\* Depuis 1999



**237 000 KM\*** parcourus  
**Soit + de 5 fois le tour de la Terre !**

\* Depuis 1999

# LA 1<sup>ÈRE</sup> ÉDITION

EN CHIFFRES

100%

DE COURSES  
SOLD OUT



2

JOURS DE  
COMPÉTITION



6

ÉPREUVES  
DE 1K À 5K

2 633

NAGEURS



30

NATIONALITÉS



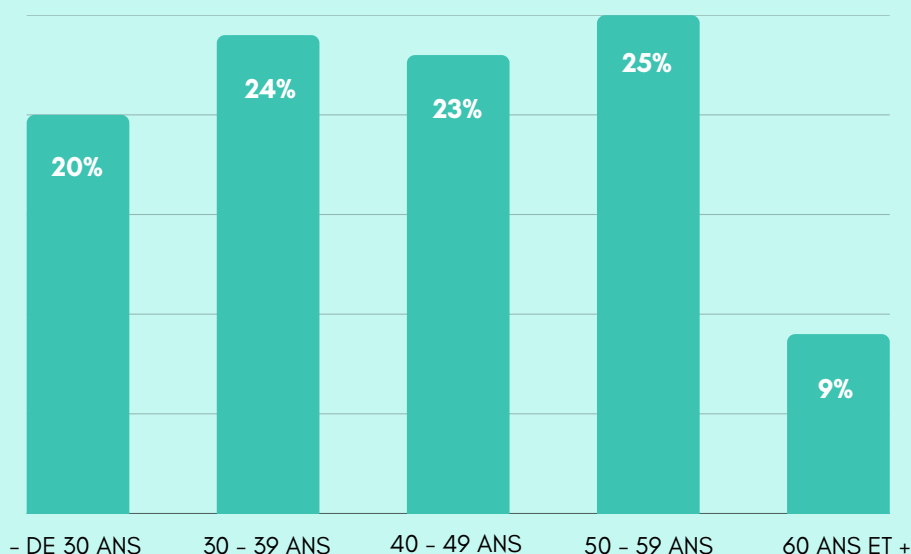
## ZOOM SUR LES NAGEURS DU DÉFI

58%

D'HOMMES

42%

DE FEMMES



# NOS RÉSEAUX SOCIAUX

EN CHIFFRES



10,2K  
FOLLOWERS



53%  
D'HOMMES



47%  
DE FEMMES

35% 29%



25-34 ANS

29% 31%



35-44 ANS

19% 22%



45-54 ANS





**31K**  
FOLLOWERS



**68%**  
D'HOMMES



**32%**  
DE FEMMES

8% 22%



25-34 ANS

9% 22%



35-44 ANS

8% 12%



45-54 ANS



# PROGRAMME

2<sup>ÈME</sup> ÉDITION LA CIOTAT

## **VENDREDI 12 SEPTEMBRE**

**08H30** : 5K sans palmes - 1ère vague

**09H30** : 5K sans palmes - 2ème vague

**15H00** : 3.5K - sans palmes

**18H00** : 2K AFTER WORK (avec ou sans palmes)

**19H00** : AFTER WORK

## **SAMEDI 13 SEPTEMBRE**

**08H30** : 5K avec palmes - 1ère vague

**09H30** : 5K avec palmes - 2ème vague

**14H00** : 2.5K - sans palmes

**16H30** : 2K TEAM (avec ou sans palmes)

## **DIMANCHE 14 SEPTEMBRE**

**08H30** : 5K sans palmes - 1ère vague

**09H30** : 5K sans palmes - 2ème vague

**14H00** : 2.5K - AVEC palmes

**16H30** : 1K (avec ou sans palmes)







# NOS ENGAGEMENTS

## ÉCO-RESPONSABLE



Être un évènement sportif éco-responsable c'est un travail collectif pour protéger l'environnement, économiser l'eau, réduire les déchets, réparer, réutiliser, changer les habitudes, et d'abord les nôtres. Depuis quelques années, le Défi de Monte-Cristo n'a cessé de se remettre en question pour réduire au maximum son impact sur l'environnement.

Les problématiques et les enjeux actuels poussent le Défi à devenir un évènement référent en termes d'éco responsabilité. En 2021, le Défi crée le **BLUE DEAL**, pour regrouper l'ensemble des engagements et actions éco responsable de long terme.

1

### ZÉRO PLASTIQUE

Le plastique a un réel impact sur notre environnement, et plus particulièrement en méditerranée, mer la plus polluée au monde. Le Défi a donc mis en place une politique ZÉRO PLASTIQUE :

- 9 robinets d'eau potable en libre service
- 0 bouteille plastique pour le ravitaillement
- 3 robinets d'eau potable au ravitaillement et mise à disposition de gobelets 100% compostables

2

### TRIER ET RECYCLER NOS DÉCHETS

Trier ses déchets, c'est économiser les ressources naturelles qui risquent de nous manquer demain.

C'est pourquoi, le Défi fait appel à une association spécialisée dans le tri des déchets. Des actions sont également menées pour sensibiliser l'ensemble des acteurs aux bonnes pratiques. Tous les déchets récoltés seront revalorisés par des filières de recyclage.

3

## PROTÉGER NOS PLAGES

L'impact des déchets en Méditerranée nuie à la biodiversité marine. C'est pourquoi le Défi co-organise, avec une association référente sur le territoire, des actions de ramassage sur les plages marseillaises. Les déchets collectés et triés intégreront une filière de recyclage pour être revalorisés.

4

## DES TROPHÉES ÉCO-RESPONSABLES

Le Défi récompense les gagnants avec des trophées pas comme les autres... Suite aux actions de nettoyages des plages, une partie de la collecte est envoyée dans une association partenaire du Défi, pour transformer les déchets en trophées pour les vainqueurs.

5

## COLLECTER ET REVALORISER LES MÉGOTS

Les mégots de cigarettes, étant un des déchets les plus trouvés sur les plages, le Défi (en partenariat avec une association spécialisée) a mis en place des cendriers ludiques sur le village .

La collecte sera transférée dans une entreprise agréée pour sa transformation en énergie.

6

## ENCOURAGER LA MOBILITÉ DOUCE

Un quart de la pollution atmosphérique provient des transports en Europe. C'est ce qui a poussé le Défi à inciter les participants à se déplacer par des méthodes de transports doux (covoiturage, transports en commun, trottinettes et vélo électriques) et à la mise en avant de nouvelles alternatives plus écologiques.

7

## RÉDUIRE LES BATEAUX À MOTEURS THERMIQUE

Pour la sécurité des nageurs, les bateaux à moteurs restent indispensables mais dans un souci de réduire l'empreinte carbone du Défi sur l'eau, ils ont été réduits à 60%.

En effet, pour limiter les embarcations à moteur, des sauveteurs professionnels en kayaks et paddles ont rejoint l'aventure du Défi.

8

## RÉDUIRE NOTRE CONSOMMATION ÉNERGÉTIQUE

Toutes les installations du village du Défi, seront équipées de LED ayant un meilleur bilan environnemental que l'ensemble des autres lampes. De plus, le Défi s'est rapproché d'un fournisseur d'électricité verte, garantissant des certifications permettant la traçabilité de l'énergie de son origine à sa livraison jusqu'au consommateur final.

9

## LUTTE ANTI GASPILLAGE

Le gaspillage alimentaire est un fléau.

Pour éviter celui-ci, le Défi met en place une politique anti gaspillage en redistribuant tous les invendus alimentaires à des associations soutenant les personnes dans le besoin comme les Restos du Cœur.

10

## PRIVILÉGIER LES CIRCUITS COURTS

Parce que la façon de consommer a des conséquences sur l'environnement et notre santé, le Défi a choisi de privilégier, pour ses ravitaillements, des circuits courts et éco responsables proposant des produits de saison.

11

## UTILISER UNE VAISSELLE 100% RECYCLABLE

Associés au dispositif de tri existant, les consommables liés à la restauration seront désormais 100% recyclables (gobelets en cartons compostables, couverts en bambou, contenants recyclables).

12

## FERTILISER NOS DÉCHETS

Le Défi envoie l'intégralité de son marc de café et une partie de ses déchets organiques dans une ferme Marseillaise pour les revaloriser comme compost ou fertilisants agricoles.

L'autre partie des déchets organiques que la ferme biologique ne peut pas composter sont transmis à une autre association.

13

## COLLABORER AVEC DES MARQUES RESPECTUEUSES DE L'ENVIRONNEMENT

Le Défi de Monte-Cristo privilégie des partenaires engagés pour la préservation de l'environnement.

14

## ÉNERGIE VERTE : PANNEAUX SOLAIRES

Pour continuer à réduire son impact, Le Défi de Monte-Cristo utilisera des panneaux solaire installés sur le village pour générer son électricité pendant l'évènement.

15

## COMPENSER SON EMPREINTE CARBONNE

Pour toutes les personnes soucieuses de l'environnement, ne pouvant se déplacer avec des méthodes de transports doux, vous pouvez compenser votre empreinte carbone, en faisant un don au Parc Marin qui oeuvrent sur « les changements d'organisation des peuplements de poissons dus au réchauffement des eaux ». Pour faire un don : <https://www.ledonligne.fr/associations/parcmarincotebleue>

16

## DIGITALISER LA COMMUNICATION

Le Défi réduit son impact environnemental en digitalisant sa communication :

- Avant et après l'évènement : communication par newsletter et via les réseaux sociaux.
- Pendant l'évènement : communication par écran sur le village

Les produits de type PLV sont éco-conçus.

A l'issue de l'évènement, les bâches publicitaires sont recyclées.

17

## ENGAGER LES ÉQUIPES DU DÉFI

Le Défi souhaite sensibiliser l'ensemble des acteurs participant à la manifestation : bénévoles, nageurs, partenaires, restaurateurs. Le Défi a donc créé des chartes pour guider et sensibiliser l'ensemble de ces acteurs avant, pendant et après l'évènement .

# LE BILAN ÉCO-RESPONSABLE

2024

**17** ENGAGEMENTS  
ÉCORESPONSABLES

**1<sup>ER</sup>** VILLAGE SPORTIF  
ÉCO-CONSTRUIT

**100%**  
D'ÉNERGIE  
VERTE

**0** DÉCHET  
PLASTIQUE

**100%**  
DE VAISSELLE  
RECYCLABLE

**60**  
TROPHÉES  
EN PLASTIQUE COLLECTÉ  
SUR NOS PLAGES

**80** PERSONNES MOBILISÉES POUR UNE  
SÉCURITÉ DOUCE  
(PADDLE, KAYAK, PIROGUE...)



# LE VILLAGE ÉCO-CONSTRUIT

Lieu incontournable de l'évènement, construit sur la plage face à la mer, le village est le cœur du Défi de Monte-Cristo.

Ouvert à tous, la vie du village est rythmée par l'affluence des participants, les accompagnants, les animations et les activations marketing des sponsors.

Comme le sport c'est aussi le partage et la fête, le soir le village se transforme en dance floor à ciel ouvert sur la plage.

## EN QUELQUES MOTS ...

- Un village éphémère de plus de 5000 m<sup>2</sup> sécurisé et gardienné
- Un espace bar/restauration de 150 places
- Les commodités : douches, vestiaires, WC et consignes
- Des boutiques éphémères de partenaires
- Un espace animation
- Une scène de concert



# OBJECTIF ÉCO-CONCEPTION

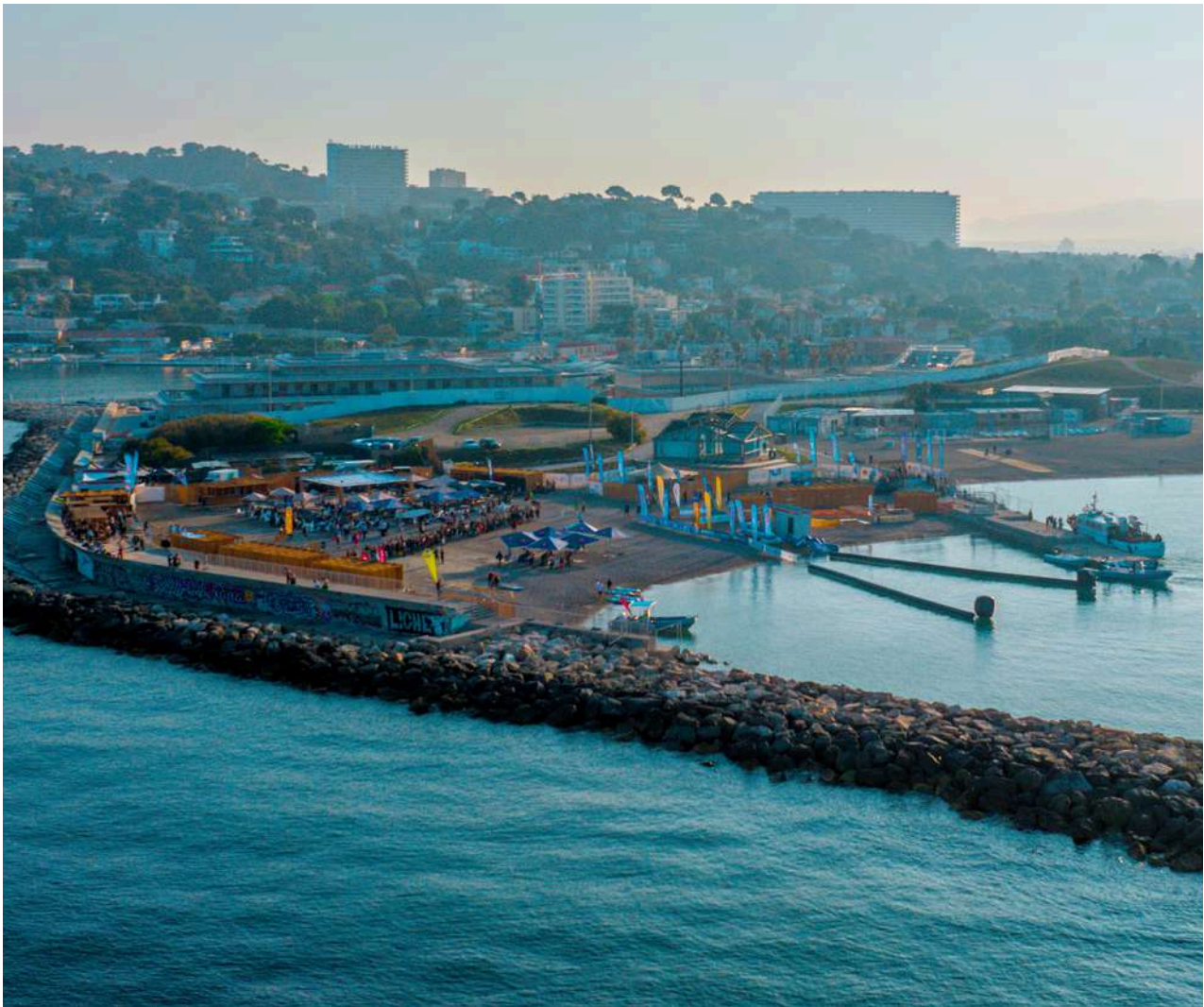
## CONCEVOIR UN VILLAGE LE PLUS NEUTRE POSSIBLE EN ÉMISSIONS DE GAZ À EFFET DE SERRE

Le village sera composé de nombreux stands « éco-construits » à vocations diverses (retrait des bonnets, bar , buvette, restauration, consignes, vestiaires, douches, espace scénique ...)

Pour cela, l'organisation a décidé d'agir sur plusieurs leviers :

- **CONCEPTION** : stands modulables en bois et fibre de coco; réutilisables et durables (durée de vie estimée 5 à 7 ans ).
- **CHOIX DES MATÉRIAUX** : recyclés et issus de ressources renouvelables (bois, matières naturelles)
- **PRODUCTION** : revalorisation et recyclage des déchets, optimisation de la consommation d'énergie et d'eau ; respect de l'écosystème environnant
- **TRANSPORT** : travailler avec des prestataires locaux (optimiser déplacements et km parcourus) et réduction du volume et du poids des emballages
- **FIN DE VIE** : valorisation de la recyclabilité des éléments qui composent le village ; organisation d'une chaîne de collecte en fin de vie.
- **COMPENSATION** : Le CO2 dégagé sera compensé par notre action initiée en faveur de la préservation des Herbiers de Posidonie, plante endémique de Méditerranée limitant les conséquences du changement climatique.





# COUVERTURE MÉDIA

STRATÉGIE À 360°

Ils ont parlé de nous en 2024..

## PRINT

Les Echos

LaProvence.

La Marseillaise

## RADIO



## TV



## RESEAUX SOCIAUX



LaProvence.



## WEB

C NEWS



Les Echos



LaProvence.



L'EQUIPE

MY PROVENCE

\* MARSEILLE SECRÈTE

ToutMa



La Marseillaise

# PLAN MÉDIA

2025



## SITE WEB & RÉSEAUX SOCIAUX DU DÉFI

- Contenu rédactionnel et actualités toute l'année
- Contenu photographique et vidéo de qualité
- Relai sur les réseaux de nos ambassadeurs
- Activation de jeux concours
- Mise en avant régulière de nos partenaires



## RELATION PRESSE

- Relation presse gérée par une agence spécialisée : *North Communication*
- Communiqué et dossier de presse : diffusion auprès des médias locaux, internationaux et spécialisés dans le sport.
- Organisation d'une conférence de presse





LE DÉFI DE

# MONTE CRISTO

LA CIOTAT  
2<sup>ème</sup> ÉDITION - 2025

**Dominique LENA** - Agence id2mark  
dominique@id2mark.com  
06 31 03 81 80