

REGLEMENT
ENTRE TERRE ET MER BY NIGHT
(Course § Marche nature)

Nous l'avons imaginé pour vous un évènement 100% Bassin, 100 % vibes et 100% Gujanais

Entre Terre et Mer by Night débarque à Gujan-Mestras, le Samedi 12 Septembre , ville aux sept ports et capitale Ostréicole du Bassin D'Arcachon, pour une première édition 100 % Gujanaise ! Un run et marche nocturne fun et lumineux, départ 18h30 depuis le Complexe Chante Cigale, entre forêts, ports, sable sentiers et atmosphère maritime au coucher du soleil à partager entre amis.

Après la course : dégustation d'huîtres verre de l'amitié, repas gourmand et soirée animée par DJ Pinchfloyd pour faire vibrer le Bassin.

Parcours:

Course nature de 22 km environ qui donnera la part belle aux amoureux de la nature.

Au départ du Complexe sportif Chante-cigale ou vous partirez de la nouvelle salle omnisport, les coureurs emprunteront des chemins en sous-bois, pour poursuivre par le sentier du littoral à la découverte de ses ports en passant par la Maison de l'Huitre et ses dégustations.

Vous aurez la chance de courir sur une passerelle afin de profiter du coucher du soleil et de la marée haute du soir avec son fort coefficient avant d'arriver à la plage de la hume et la capitainerie. Enfin vous rejoindrez le parc de la Chêneraie et le Lac de la Magdeleine en alternance avec route et piste cyclable pour arriver au 22 ème km au Complexe de Chante Cigale.

Après l'effort le réconfort autour du verre de l'amitié avec dégustation d'huîtres locales avec remise des récompenses

Restauration sur place

Réservation protiming en option pour participants et accompagnants.

Repas gourmand du Sud-Ouest en partenariat avec des artisans et commerçants locaux.

Soirée Dj pour prolonger la soirée dans un esprit de convivialité.

PARTICIPATION :

COURSE NATURE SOLO-DUO-TRIO CHRONOMETREE 22 KM

DEPART 18H30 Complexe Chante Cigale 45 Allée Pierre Corneille à Gujan- Mestras (33 470)

1) SOLO

Un seul coureur sur la totalité du parcours (22 km), option réservée aux coureurs à partir de la catégorie Juniors (18 / 19 ans) à Masters

2) RELAIS DUO :

Deux relayeurs : (0 à 6 km (premier relais), ou de 0 à 10 km (deuxième relais possible) et du 6 ou 10 ème km au 22 km), option réservée aux coureurs à partir de la catégorie (cadets (16 / 17 ans) à Masters.

Le premier relais est prévu à la dégustation la Cabane à Ludo au kilomètre 6 au port du canal, avec dégustation d'huîtres et ravitaillement.ou au km 10 à la dégustation Huitres Constance Cabane 88 à Meyran Est .

Le deuxième relayeur poursuivra le sentier du littoral, traversera le Parc de La Chêneraie pour rejoindra la piste cyclable à travers la forêt en passant par le Lac de la Magdeleine avant l'arrivée à Chante Cigale.

Ce relais peut être Homme / Homme, Femme / Femme ou Mixte

Organisation : une navette est prévue à chaque relais pour emmener et ramener les coureurs.

3) RELAIS TRIO

3 relayeurs (0 à 6 km), (6 à 10 km), (10 km à 22 km), option réservée aux coureurs à partir de la catégorie cadets (16 / 17 ans) à Masters

Le premier relais est prévu à la dégustation la Cabane à Ludo au kilomètre 6 au port du canal, avec dégustation d'huîtres et ravitaillement et au km 10 à la dégustation Huitres Constance Cabane 88 à Meyran Est.

Le troisième relayeur poursuivra le sentier, traversera le Parc de La Chêneraie, rejoindra la piste cyclable à travers la forêt en passant par le Lac de la Magdeleine avant l'arrivée à Chante Cigale.

Ce relais peut être Homme / Homme, Femme / Femme ou Mixte

Organisation : une navette est prévue à chaque relais pour emmener et ramener les coureurs

Au Lac de La Magdeleine un 3 ème ravitaillement d'eau est prévu.

Organisation :

Une navette est prévue à chaque relais pour emmener et ramener les participants

Départ Navette 18h15 Complexe Chante Cigale vers Dégustation Cabane à Ludo Port du Canal

Retour Navette 19H30-20H30 Dégustation Cabane à Ludo Port du Canal vers Complexe Chante Cigale

Le temps limite imparti aux coureurs pour boucler l'épreuve est de **TROIS** heures. Au-delà de ce temps, les concurrents seront mis hors course.

Course payante :

- **Solo : 25 pour le coureur licencié ou non licencié FFA (hors option suppléments protiming) sans repas**
- **Relais Duo : 30 € pour l'équipe (hors option suppléments protiming) sans repas**
- **Relais Trio : 25 € pour l'équipe (hors option suppléments protiming) sans repas**
(OPTION REPAS SUR PROTILING POUR LES 3 FORMATS)

PASS PREVENTION SANTE :

› Pour les majeurs :

- **Licences FFA : Athlé Compétition, Athlé Entreprise et Athlé Running et « Pass J'aime Courir » ; ou,**
- **Attestation de la réalisation du Pass Prévention Santé (« PPS ») réalisé sur la plateforme de la FFA (pps.athle.fr).**
- **Conformément à la Circulaire n°3 du 16 janvier 2024, le certificat médical n'est plus accepté.**

› Pour les mineurs :

- **Licences FFA : Athlé Compétition, Athlé Entreprise et Athlé Running**
- **Questionnaire relatif à son état de santé**, dont le contenu est précisé par arrêté conjoint du ministre chargé de la santé et du ministre chargé des sports, rempli et signé conjointement par l'athlète et les personnes exerçant l'autorité parentale. *Dans le cas d'une réponse négative à ce questionnaire, un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de l'athlétisme en compétition de moins de six mois devra être produit.*
Les mineurs devront obligatoirement présenter une autorisation parentale.

RECOMPENSES :

Solo :

Les 3 premiers masculins, au scratch

Les 3 premières féminines, au scratch

Duo :

Les trois premiers relais Duo Homme/Homme, Femme/Femme et Mixte au scratch

Trio

Les premiers relais Trio Homme/Homme, Femme/Femme et Mixte au scratch

MARCHE NATURE SOLO CHRONOMETREE 10 KM

DEPART 18H30 Complexe Chante Cigale 45 Allée Pierre Corneille à Gujan- Mestras (33 470), arrivée Dégustation Huitres Constance Cabane 88 port Meyran Est à Gujan

1) SOLO

Un seul marcheur sur la totalité du parcours (10 km), option réservée aux marcheurs à partir de la catégorie Juniors (16 ans) à Masters

Un parcours nature à travers forêts, découverte des ports et sentier du littoral.

Le ravitaillement est prévu à la dégustation la Cabane à Ludo au kilomètre 6 au port du canal, et dégustation d'huîtres et ravitaillement pour une arrivée à la dégustation Huitres Constance Cabane 88 à Meyran Est

Ce parcours peut être Mixte

Organisation : une navette est prévue à l'arrivée à la dégustation Huitres Constance pour ramener les marcheurs au Complexe Chante Cigale

Départ au plus tard 21 heures

Le temps limite imparti aux marcheurs pour boucler l'épreuve est de **2H30**. Au-delà de ce temps, les concurrents seront mis hors course.

Course payante :

- **Solo : 15 € pour le marcheur licencié ou non licencié FFA (hors option suppléments protiming) sans repas (option repas protiming)**

RECOMPENSES :

Les 3 premiers masculins, au scratch

Les 3 premières féminines, au scratch

PASS PREVENTION SANTE OBLIGATOIRE :

› Pour les majeurs :

- **Licences FFA : Athlé Compétition, Athlé Entreprise et Athlé Running et « Pass J'aime Courir » ; ou,**
- **Attestation de la réalisation du Pass Prévention Santé (« PPS ») réalisé sur la plateforme de la FFA (pps.athle.fr).**
- **Conformément à la Circulaire n°3 du 16 janvier 2024, le certificat médical n'est plus accepté.**

› Pour les mineurs :

- **Licences FFA : Athlé Compétition, Athlé Entreprise et Athlé Running**
- **Questionnaire relatif à son état de santé**, dont le contenu est précisé par arrêté conjoint du ministre chargé de la santé et du ministre chargé des sports, rempli et signé conjointement par l'athlète et les personnes exerçant l'autorité parentale. *Dans le cas d'une réponse négative à ce questionnaire, un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de l'athlétisme en compétition de moins de six mois devra être produit.*
Les mineurs devront obligatoirement présenter une autorisation parentale.

UN WELCOME BAG SURPRISE POUR LES 300 PREMIERS INSCRITS SUR L'EVENEMENT

+ 3 RAVITAILLEMENTS POUR LA COURSE ET DEUX RAVITAILLEMENTS POUR LA MARCHE + NAVETTE + VESTIARES ET DOUCHES SUR PLACE + CONSIGNE+ STAND RECUPERATION CRYOTERA BAINS FROID

Pas d'inscription sur place. (aucun remboursement de la course si annulation report uniquement)

Clôture des inscriptions le mardi 8 Septembre 2026 minuit

