

LE CHAMPIONNAT BARCARES SUP LIGUE OCCITANIE

- 8 Catégories par courses pour 2 Podiums (TR - LD) Technical Race et Longue Distance
- Chez les jeunes, l'effort sportif est différencié pour les 12 à 14 ans F/G en Parcours A et les 15 à 18 ans F/G en Parcours B
- Chez les 18 ans et +, le même effort est proposé en Parcours C.
- Récompense pour les 3 premières places de chaque podium TR – LD à savoir 8 coupes première place et 16 médailles en seconde et troisième place.
- En différenciant le titre Beach race et longue distance, cela fait 16 coupes premières place et 32 médailles seconde et troisième place.

1/ EPREUVE SUP TECHNICAL RACE OCCITANIE.

- | | | |
|---------------------------|-------------------------|--|
| | | « Longueur sup 14 pieds maximum (rigide ou gonflable) + Leash obligatoire + Licence FFS |
| • Fille (12 / -18 ans) : | 2 coupes + 4 médailles | Parcours A : 2KM pour les (12 /-15 ans) ou Parcours B : 3KM pour les (15/-18 ans) |
| • Garçon (12 / -18 ans) : | 2 coupes + 4 médailles. | Parcours A : 2KM pour les (12 /-15 ans) ou Parcours B : 3KM pour les (15/-18 ans) |
| • Femme (18 / - 40 ans) : | 1 coupe + 2 médailles. | Parcours C : 5KM pour les 18 ans et + |
| • Homme (18 / - 40 ans) : | 1 coupe + 2 médailles | Parcours C : 5KM pour les 18 ans et + |
| • Femme (+40 ans) : | 1 coupe + 2 médailles | Parcours C : 5KM pour les 18 ans et + |
| • Homme (+40 ans) : | 1 coupe + 2 médailles | Parcours C : 5KM pour les 18 ans et + |

PODIUM TECHNICAL RACE (12 sportifs – 12 sportives)

8 Coupes

16 Médailles

2/ EPREUVE SUP LONGUE DISTANCE OCCITANIE

- | | | |
|---------------------------|-------------------------|--|
| | | « Longueur sup 14 pieds maximum (rigide ou gonflable) + Leash obligatoire + Licence FFS |
| • Fille (12 / -18 ans) : | 2 coupes + 2 médailles | Parcours A : 4KM pour les (12 /-15 ans) ou Parcours B : 6KM pour les (15/-18 ans) |
| • Garçon (12 / -18 ans) : | 2 coupes + 2 médailles. | Parcours A : 4KM pour les (12 /-15 ans) ou Parcours B : 6KM pour les (15/-18 ans) |
| • Femme (18 / - 40 ans) : | 1 coupe + 2 médailles. | Parcours C : 10KM pour les 18 ans et + |
| • Homme (18 / - 40 ans) : | 1 coupe + 2 médailles | Parcours C : 10KM pour les 18 ans et + |
| • Femme (+ 40 ans) : | 1 coupe + 2 médailles | Parcours C : 10KM pour les 18 ans et + |
| • Homme (+ 40 ans) : | 1 coupe + 2 médailles | Parcours C : 10KM pour les 18 ans et + |

PODIUM LONGUE DISTANCE (12 sportifs – 12 sportives)

8 coupes

16 Médailles

Total : 16 coupes

Total : 32 médailles

LE REGLEMENT DU CHAMPIONNAT BARCARES SUP LIGUE OCCITANIE

- Les compétitions agréées « SUP Race » sont ouvertes à tous les compétiteurs à partir de la catégorie benjamin(e). L'autorisation parentale est obligatoire lors de l'inscription d'un mineur à une compétition. Les jeunes de la catégorie benjamin(e) et de la catégorie minime participent aux Courses Techniques et de Longue Distance telles que définies pour ces catégories (Adaptation distance). La personne en possession de sa licence annuelle est dispensée de montrer un certificat médical pour participer à une compétition. TOUS les participants à une compétition de quelque nature qu'elle soit, doivent être en possession d'une licence compétition validée pour le sport proposé en compétition **ou** d'un certificat médical de non-contre-indication au sport de compétition datant de moins de trois mois. La planche monocoque répond à la jauge imposée pour l'épreuve.
- Le port du leash est obligatoire durant la totalité de la course pour tous les formats de compétition. A l'arrivée, le leash ne pourra être enlevé que dans le mouvement de la sortie d'eau (suivant les conditions : quelques mètres maxi avant de descendre de la planche). L'organisateur peut imposer, selon les conditions, le port à la fois de la combinaison néoprène et du gilet d'aide à la flottabilité. Tout compétiteur se rendant à une course doit posséder l'ensemble de l'équipement pouvant être requis s'il veut être sûr de pouvoir en prendre le départ. Il est OBLIGATOIRE de pagayer debout. Au départ ou en cas de chute, il est admis jusqu'à 5 coups de rame (pagaie ou bras) avant de reprendre la position debout. Le passage des bouées doit s'effectuer debout, ainsi que le passage des vagues.
- Les départs et les arrivées des courses peuvent se faire au sec (rivage, plage), dans ou sur l'eau au choix de l'organisateur. Les départs au sec seront privilégiés. Les lignes de départs ou d'arrivées devront être matérialisées par des supports visuels : drapeaux, oriflammes, bouées, etc... Des signaux sonores et visuels (penser aux mal-voyants ou mal-entendants) seront mis en place pour faciliter les procédures et toutes les précisions nécessaires seront apportées aux coureurs lors de la réunion d'information (briefing) qui précède le départ. Afin de garantir à chaque compétiteur la possibilité de prendre un « bon » départ, il est impératif qu'il puisse disposer d'un espace suffisant. L'organisateur doit prévoir la ligne de départ en fonction du nombre de participants en considérant qu'il faut prévoir un mètre par personne.

Pour chaque compétiteur aux épreuves , le fichier informatique .xls doit comporter les informations suivantes dans cet ordre de colonnes

- 1- Classement
- 2- Nom
- 3- Prénom
- 4- Numéro de licence (6 chiffres, sans mention de l'année)
- 5- Genre (H ou F)
- 6- Année de naissance
- 7- Catégorie
- 8- Club
- 9- Temps