

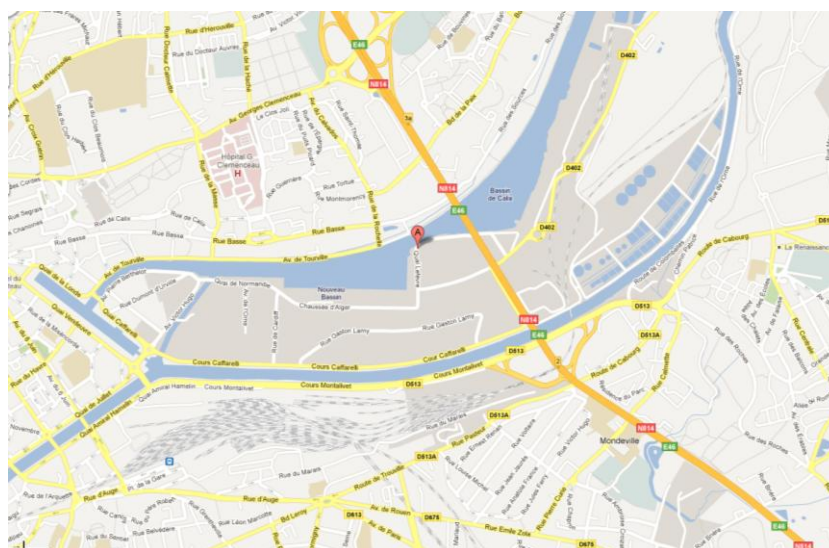


INFORMATIONS Normandie Transpaddle

Au vu des dernières prévisions météo, la course se fera dans le sens sud>>Nord, c'est-à-dire de Caen à Ouistreham.

Programme général

Le Rendez vous est fixé à 8 heures à la
Base de voile de Caen – Quai Lefèvre 14000-CAEN



- **8h00-9h00**
- Café d'accueil, distribution des lycras et vérifications inscriptions et équipements.
- Dépôt des planches à la Base de voile
- **9h00 précises**
- Briefing compétiteurs
- **9h15**
- Transfert vers l'aire d'arrivée (moyens de locomotions personnels, stationnement à l'arrivée, possibilité de laisser les clefs à l'organisation)
- **9h45**
- Mise en tenue des participants et revêtement des dossards
- **10h00**
- Transfert retour en bus vers la ligne de départ (Caen)
- **10h30**
- Echauffement et préparatifs de départ
- **11h00 précises**
- Départ

- **13h30 – 15 h**
- Arrivée des Concurrents
- **16h**
- Remise des prix et loterie

Dépôt obligatoire des planches au départ de la course par les participants (prises en charge par l'organisateur jusqu'au départ de course).

Entre la mise à l'eau et la sortie de l'eau :

- ✦ La planche devra être reliée à l'utilisateur par un leash répondant aux normes usuelles de résistance.
- ✦ L'utilisateur devra porter un vêtement isothermique recouvrant au minimum, le tronc (Gilet ou Néoprène)
- ✦ L'utilisateur devra porter le dossard fourni par l'organisation de la Normandie Transpaddle
- ✦ Equipement de protection contre le soleil

IMPORTANT !!!

Les règles de courses présentées sur le dossier d'inscription seront appliquées lors de cette épreuve

Procédure de Départ

- ✦ 1 mn avant le départ : drapeau ou disque bleu + 2 coups de trompe courts rapprochés + information sonore,
- ✦ 30 s avant le départ : drapeau ou disque jaune,
- ✦ Départ : Décompte sonore du temps (10 dernières secondes), drapeau ou disque vert + signal sonore long.
- ✦ Les concurrents doivent prévoir sur leur support boisson et nourriture pour un effort d'une durée minimum de 4 heures.

!! COURSE RELAIS

Attention, pour la course relais, les relayeurs doivent se rendre sur les CP (voir plan ci-joint) par leur propre moyens :
 (Après le départ, le deuxième et le troisième relayeurs se rendent au CP 1 (Beauregard-ORNAVIK) en empruntant la D 402, récupèrent le premier relayeur, et se dirigent avec le relai 3 vers Bénouville etc..)

Classements :

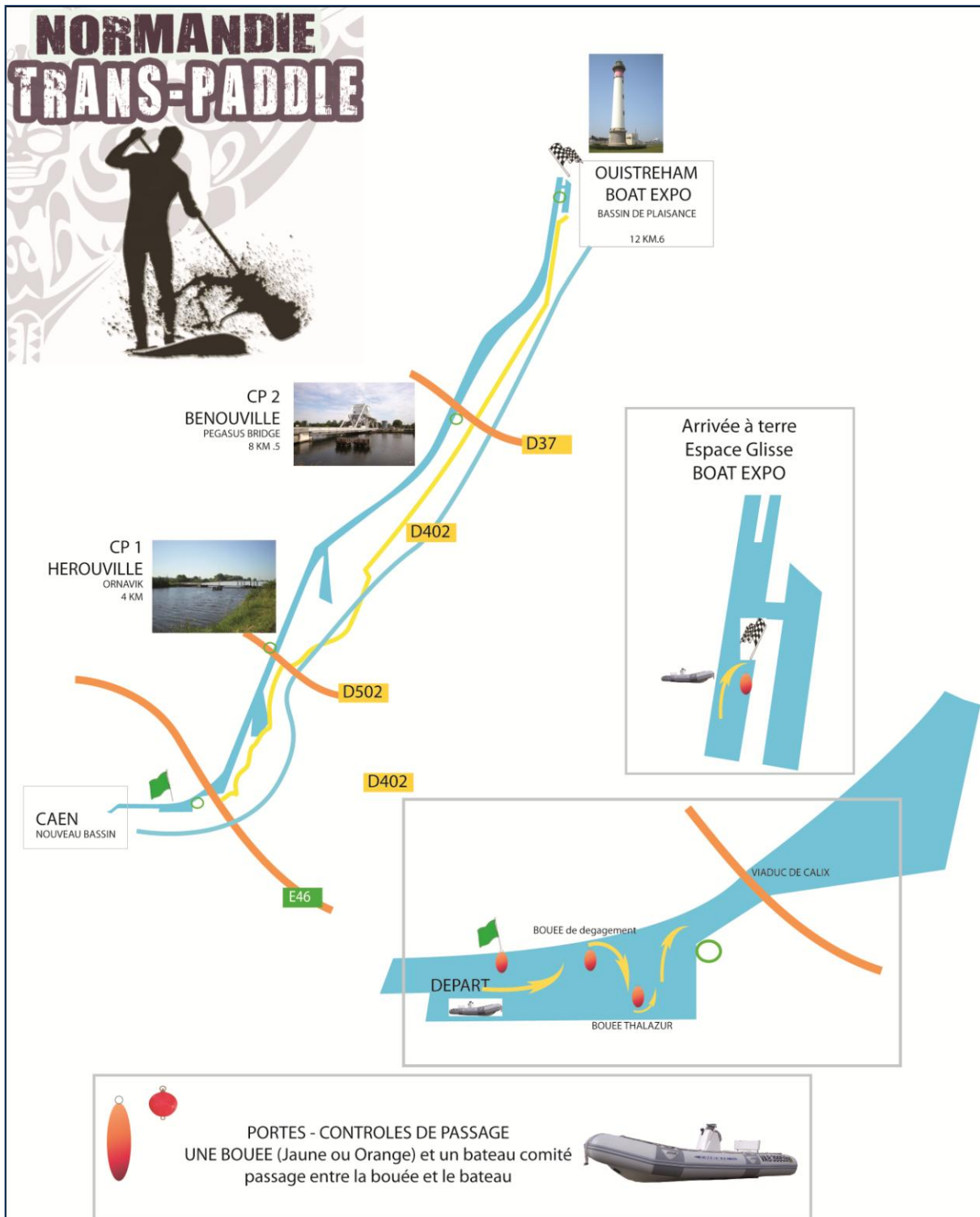
- ✦ Général scratch
- ✦ Classe 12'6
- ✦ Relais
- ✦ Femmes

Dotations :

De nombreuses dotations seront à gagner, dont **600€ de Prize Money (OSMOOZ), des Pagaies, Une caméra Go pro HD (Avenue de la glisse) , une TV écran plat (DIGITAL OUISTREHAM)** des Goodies, des repas au Casino de Ouistreham, des soins à la

Thalasso de Ouistreham, etc...

Dotation Spéciale à la Bouée n° 2 sponsorisée par Thalazur : 1 forfait de 3 soins Bio à gagner pour le premier à passer cette marque !



www.cliniquedelaplanche.com



WIND14.COM

Guidage en arrivant de l'A13

Direction **Périphérique Nord**

Prendre la direction **nord-ouest** sur **N814** vers **Sorties 2-Montalivet**

prendre la sortie **2 Montalivet** vers **Caen Centre**

prendre à gauche sur **D513**

continuer sur **Cours Montalivet**

Au Rond- point prendre **la 1ere sortie**

au rond-point prendre **la 2nde sortie**

prendre à **droite sur quai de Normandie** (vieilles grues)

continuer sur **chaussée d'Alger**

rue de la chaussée d'Alger qui devient le Quai Lefevre (virage à gauche=

Point GPS d'arrivée 49° 11' 5.34", -0° 19' 57.34"

Guidage en arrivant du Periphérique Nord Direction Paris

Direction **A13**

Passer le **Viaduc de Calix**

Juste en Bas, **Sortie n°2 cours Montalivet** vers **Mondeville/Cabourg**

Rester sur **la file de Gauche** et suivre **Caen Montalivet/ Gare SNCF**

Prendre à **gauche cours Montalivet**

continuer sur **Cours Montalivet**

Au Rond- point prendre **la 1ere sortie**

au rond-point prendre **la 2nde sortie**

prendre à **droite sur quai de Normandie** (vieilles grues)

continuer sur **chaussée d'Alger**

rue de la chaussée d'Alger qui devient le Quai Lefevre (virage à gauche=

Point GPS d'arrivée 49° 11' 5.34", -0° 19' 57.34"

Toute l'équipe est heureuse de vous accueillir pour cette première course de SUP sur le Canal de Caen à Ouistreham et vous a préparé une météo de rêve !

Sportivement vôtre.

Direction de course

Nathan HELIE – Association Glisse Normandie - 06.98.40.47.64

tortue14@gmail.com

Organisation :

Patrick FABRE - OSMOOZ COMMUNICATION : 02 31 43 90 99



