

## Table des matières

|         |                                                                  |    |
|---------|------------------------------------------------------------------|----|
| 1       | Préambule.....                                                   | 3  |
| 2       | Abréviations.....                                                | 3  |
| 3       | Rencontres LCMA.....                                             | 4  |
| 3.1     | Modalités d'inscriptions.....                                    | 4  |
| 3.2     | Les types d'épreuves.....                                        | 4  |
| 3.3     | Les parcours.....                                                | 4  |
| 3.4     | Tarifications.....                                               | 4  |
| 3.5     | Déroulé d'une épreuve.....                                       | 5  |
| 3.5.1   | Chronométrage.....                                               | 5  |
| 3.5.2   | La chambre d'appel.....                                          | 5  |
| 3.5.3   | Les départs.....                                                 | 5  |
| 3.5.4   | Les catégories d'âge.....                                        | 5  |
| 3.6     | Annulation.....                                                  | 6  |
| 3.7     | Classements et récompenses.....                                  | 6  |
| 3.7.1   | Définitions générales.....                                       | 6  |
| 3.7.2   | Cas des étrangers.....                                           | 6  |
| 3.8     | Barème fédéral de points aux épreuves.....                       | 6  |
| 3.9     | Classements permanents.....                                      | 6  |
| 4       | Règles de course.....                                            | 7  |
| 5       | Arbitrage.....                                                   | 8  |
| 5.1     | Les arbitres.....                                                | 8  |
| 5.2     | Rôle de l'arbitre principal.....                                 | 8  |
| 5.3     | Bonifications.....                                               | 8  |
| 5.4     | Sanctions.....                                                   | 8  |
| 5.4.1   | Modalités.....                                                   | 8  |
| 5.4.2   | Délégué rencontre de club.....                                   | 9  |
| 5.5     | Jury d'épreuve et comité d'équité.....                           | 9  |
| 5.5.1   | Jury d'épreuve.....                                              | 9  |
| 5.5.2   | Comité d'équité.....                                             | 9  |
| 6       | Les différents circuits.....                                     | 10 |
| 6.1     | Circuit Championnat de France CDF.....                           | 10 |
| 6.1.1   | Règles annexes de qualification.....                             | 11 |
| 6.1.2   | Qualifications et déroulés spécifiques des phases finales.....   | 11 |
| 6.1.3   | Succession des épreuves lors d'une rencontre.....                | 12 |
| 6.1.4   | Changements dans les équipes.....                                | 12 |
| 6.1.5   | Adaptations spécifiques aux personnes déficientes visuelles..... | 12 |
| 6.1.6   | Classements et récompenses de la finale CDF.....                 | 13 |
| 6.1.6.1 | Médailles et podiums.....                                        | 13 |
| 6.1.6.2 | Le classement des clubs.....                                     | 13 |
| 6.2     | Circuit Coupe de France des Clubs CDC.....                       | 14 |
| 6.2.1   | Le règlement général.....                                        | 14 |
| 6.2.2   | Les épreuves CDC.....                                            | 14 |

## Règlement sportif Longe Côte Marche Aquatique

|       |                                                |    |
|-------|------------------------------------------------|----|
| 6.2.3 | Le classement national CDC.....                | 14 |
| 6.2.4 | Qualification à la rencontre finale CDC.....   | 14 |
| 6.2.5 | La finale CDC.....                             | 14 |
| 6.2.6 | Classement et récompense de la finale CDC..... | 14 |
| 6.3   | Circuit National Trail Longe Côte TLC.....     | 15 |
| 6.3.1 | Les épreuves.....                              | 15 |
| 6.3.2 | Classements des épreuves Trail Longe Côte..... | 15 |
| 6.4   | Les rencontres Open.....                       | 15 |

## 1 Préambule

Les règles relatives à la pratique, aux licences, à l'obligation médicale, mutation, affiliation sont à consulter dans le Mémento fédéral

Les éléments de texte qui suivent définissent les règles générales et particulières de la pratique longe côte lors des rencontres sportives

Tout cas spécifique non décrit en particulier se rattache au cas général.

Les rencontres organisées par les clubs et structures fédérales sont enregistrées dans le calendrier national des rencontres sportives. Les inscriptions se font à partir de l'application fédérale <https://ffrandonnee-compétitions.fr/LCMA/Public/>.

Organisées sur des sites validés, elles sont ouvertes aux clubs affiliés et à ses membres à jour de leur licence.

## 2 Abréviations

|        |                                                |
|--------|------------------------------------------------|
| BNi    | Bon Niveau d'Immersion                         |
| CNRS   | Commission Nationale des Rencontres Sportives  |
| CLM    | Contre la Montre                               |
| CR     | Championnat Régional                           |
| CRHDF  | Championnat Régional Haut de France            |
| CRN    | Championnat Régional Normandie                 |
| CRB    | Championnat Régional Bretagne                  |
| CRPDL  | Championnat Régional Pays de la Loire          |
| CRNA   | Championnat Régional Nouvelle Aquitaine        |
| CRO    | Championnat Régional Occitanie                 |
| CRPACA | Championnat Régional Provence Alpe Cote d'Azur |
| CRG    | Championnat Régional Guadeloupe                |
| CRM    | Championnat Régional Martinique                |
| CTN    | Conseiller Technique National                  |
| CZA    | Championnat de Zone Antilles                   |
| CZN    | Championnat de Zone Nord                       |
| CZO    | Championnat de Zone Ouest                      |
| CZS    | Championnat de Zone Sud                        |
| CDF    | Championnat de France                          |
| CDC    | Coupe de France Des Clubs                      |
| TLC    | Trail Longe Côte                               |
| CRJA   | Commission Régionale Juges Arbitres            |
| DV     | Déficient Visuel                               |
| DSQ    | Disqualifications                              |
| DTN    | Direction Technique Nationale                  |
| FFRP   | Fédération Française de Randonnée Pédestre     |
| LCMA   | Longe Côte Marche Aquatique                    |
| S&G    | « Stop and Go »                                |

## 3 Rencontres LCMA

### 3.1 Modalités d'inscriptions

Les rencontres organisées par les clubs et structures fédérales sont enregistrées dans le calendrier national des rencontres sportives. Les inscriptions se font à partir de l'application fédérale <https://ffrandonnee-competitions.fr/LCMA/Public/>.

*Restriction calendaire : Une seule rencontre par week-end pour une région, 15 jours minimum entre 2 rencontres pour un département. Cette règle n'est pas rétroactive pour les rencontres déjà inscrites en août 2026.*

Organisées sur des sites validés par des clubs ou comités, elles sont ouvertes aux clubs affiliés et à ses membres à jour de leur licence. Des rencontres de types TLC et libres sont également ouvertes aux non-licenciés, les organisateurs doivent leur prendre un pass-découverte pour les assurer et permettre leur participation.

### 3.2 Les types d'épreuves

Une épreuve est soit en solo soit en équipe. Les objectifs diffèrent comme suit :

- Contre la montre : Classement par temps de course
- En duel : affrontements 1 contre 1 selon un tableau
- Par élimination : parcours avec éliminations successives
- En temps limité : Sur un parcours en boucle, une fois le temps de course défini écoulé ou le nombre de tours effectué par le premier du genre, plus personne du genre ne repart.  
Classement au nombre de tours effectués et au temps.
- En ligne : Classement par ordre d'arrivée.

### 3.3 Les parcours

Les parcours se réalisent sur plusieurs zones :

- Les zones aquatiques exclusivement situées dans l'eau.
- Les zones terrestres sur les parties terrestres
- Les zones de transitions entre mer et terre ou vice-versa

Ils changent en fonction des épreuves. On distingue :

- Parcours aquatique. Le départ et l'arrivée sont soit sur terre soit dans l'eau
- Parcours mixte avec tronçons aquatiques et terrestres avec ou sans dénivelé.

La topographie d'un parcours varie en fonction des épreuves et du terrain. Elle doit garantir l'équité entre les concurrents pendant toute la durée de l'épreuve. Pour la partie aquatique, on distingue plusieurs géométries possibles :

- Les allers simples ou allers-retours
- Les boucles symétriques ou asymétriques

### 3.4 Tarifications

Le système d'inscription fédéral permet de différencier plusieurs tarifs :

1. Tarif de base : pour la première épreuve, pour les épreuves suivantes.
2. Tarif réduit (licence jeune -26 ans) : première épreuve, suivantes.
3. Tarif forfaitaire de participation d'un club cumulable ou non aux autres tarifs.
4. Prix de vente des pass-découvertes journée, semaine ou mois.

Si les valeurs sont laissées libres, l'utilisation du tarif réduit est fortement conseillée.

## Règlement sportif Longe Côte Marche Aquatique

### 3.5 Déroulé d'une épreuve

#### 3.5.1 Chronométrage

Pour les épreuves chronométrées, le concurrent doit se référer aux règles de chronométrage définies dans le dossier compétiteur (position du dossard, de la puce de chronométrage).

Pour les équipes, le temps de départ est pris sur le premier concurrent, le temps d'arrivée sur le dernier.

#### 3.5.2 La chambre d'appel

Les concurrents doivent se présenter dans la chambre d'appel au plus tard 5 minutes avant leur départ. En cas de défaut au premier appel uniquement, le compétiteur ou l'équipe passe en dernier pour l'épreuve en cours. En 2<sup>e</sup> appel, une minute après le premier, la personne ou l'équipe est disqualifiée sans départ.

#### 3.5.3 Les départs

Le départ d'une épreuve, indépendamment de sa localisation mer ou terre, peut se faire selon différentes modalités :

- individuel ou par équipe, départs espacés d'un intervalle de temps fixe
- masse, tous les participants partent en même temps
- masse genrée, les personnes de même genre partent en même temps

#### 3.5.4 Les catégories d'âge

La catégorie d'âge retenue pour la saison sportive pour tous les circuits est celle de l'année civile à la date de la finale du circuit Championnat de France.

| Catégories     |                | Supra-catégories                      |
|----------------|----------------|---------------------------------------|
| Minimes/cadets | 12-15 ans      | Assimilé Senior<br>(+ autres seniors) |
| Juniors        | 16-17 ans      |                                       |
| Espoirs        | 18-26 ans      | Senior                                |
| Seniors        | 27-39 ans      |                                       |
| Master 1       | 40-49 ans      |                                       |
| Master 2       | 50-59 ans      |                                       |
| Master 3       | 60-69 ans      | Master                                |
| Master 4       | 70 ans et plus |                                       |

**Important : Dans le cas d'une équipe, l'âge du plus jeune détermine la catégorie ou supra-catégorie d'âge de l'équipe. Cet allègement sera supprimé à la prochaine Olympiade (rentrée sportive 2028) pour laisser le temps aux clubs de préparer des équipes conformes.**

## 3.6 Annulation

Cas d'annulations d'une rencontre à la date prévue :

- Prévisions météo dangereuses ou interdiction des autorités locales
- Annulation le jour même par le jury d'épreuve pour toutes raisons mettant en danger les compétiteurs

Les cas de remboursements sont définis dans le dossier compétiteur.

## 3.7 Classements et récompenses

### 3.7.1 Définitions générales

Les récompenses sont attribuées aux trois premiers de chaque épreuve au scratch et par catégories. Les vainqueurs au scratch montent sur les podiums, les vainqueurs des catégories d'âge sont récompensés sans cérémonie. Les récompenses ne sont pas cumulées en scratch et catégories.

### 3.7.2 Cas des étrangers

La participation des athlètes étrangers aux divers championnats est autorisée. Les athlètes et équipes 100% de nationalités étrangères ne sont ni titrés ni récompensés dans les classements fédéraux.

## 3.8 Barème fédéral de points aux épreuves

Les personnes ou équipes participant à une épreuve se voient attribuer des points en fonction de leur place dans le classement par catégories ou supra-catégories d'âge

| Place      | Points attribué |
|------------|-----------------|
| 1          | 24              |
| 2          | 22              |
| 3          | 20              |
| 4          | 18              |
| 5          | 17              |
| ---        | ---             |
| 19         | 3               |
| 20         | 2               |
| 21 et plus | 1               |

## 3.9 Classements permanents

Plusieurs classements permanents existent :

- Pour les individus, les circuits CdF et TLC proposent des classements permanents par épreuve solo par genre, scratch et catégories d'âge.
- Pour les clubs, seul le circuit CDC propose un classement permanent.

## 4 Règles de course

| Appellations                   | Définitions et restrictions                                                                                              |                                                                          | Sanctions |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------|
| R1 Aspiration                  | L'aspiration entre les personnes ou les équipes est interdite                                                            | Exceptions :<br>Départ en masse, Course à élimination                    | S&G       |
|                                | Interdiction de profiter de l'aspiration d'une personne ou équipe qui double                                             | Départ en masse genré entre personnes ou équipes du même genre (F,H,M)   |           |
| R2 BNI                         | La progression en zone aquatique se fait avec la surface de l'eau à minima au-dessus du nombril.                         | Le BNI s'applique à la première personne d'un groupe constitué ou équipe | S&G       |
| R3 Équipements                 | Le port des chaussures est obligatoire                                                                                   | Chaussures à crampons métalliques interdites                             | DSQ       |
|                                |                                                                                                                          | Chaussons sans semelles interdits                                        |           |
|                                | Protection thermique néoprène en-dessous de 12° eau obligatoire                                                          | Au-dessus de 24° eau les équipements thermiques néoprènes sont interdits | DSQ       |
|                                | Autorisés : hydratation embarquée, montres, oreillettes, lunettes et couvre-chef                                         | Les équipements ne doivent pas être abandonnés pendant la course         | DSQ       |
|                                | Le dossard au-dessus de la poitrine                                                                                      | Dossard mal positionné, pas de puces                                     | DSQ       |
| R4 UP en fonction des épreuves | Mains nues, gants non palmés autorisés                                                                                   | UP non listés ou non conformes                                           | DSQ       |
|                                | UP autorisés :<br>Pagaie simple, pagaie double, Longe Up, Fill Up, plaquettes, gants palmés, mouffles...                 | Ustensiles de propulsion motorisés interdits                             |           |
|                                |                                                                                                                          | En équipe les UP doivent être uniformes                                  |           |
| R5 Aide                        | L'entraide dans une équipe est autorisée                                                                                 | Pas d'aide matérielle ou extérieure                                      | S&G       |
| R6 Sécurité Voir bonifications | Une équipe reste soudée tout le long du parcours, écart entre équipiers de 3m max.                                       | Non-respect de la distance de sécurité                                   | S&G       |
|                                |                                                                                                                          | Équipe non complète à l'arrivée                                          | DSQ       |
|                                | Une personne ou une équipe doit porter secours à une personne en détresse                                                | Non-assistance à une personne en détresse                                | DSQ       |
| R7 Allures                     | Zone aquatique, chaque personne se déplace sans courir ou sauter au pas du longeur, contact d'un pied au sol obligatoire | Non-respect du pas du longeur                                            | S&G       |
|                                |                                                                                                                          | Plonger à l'arrivée                                                      | DSQ       |
|                                | Libre en zones de transition et terrestre                                                                                | Pour les épreuves de marche course interdite                             | S&G       |
| R8 Dépassements                | Une personne ou équipe rattrapée cède le passage                                                                         | Interdiction d'utiliser les UP pendant le dépassement côté compétiteurs  | S&G       |
| R9 Progression                 | Zone aquatique :<br>- Progression au large de la signalisation<br>- Virages dans le sens mer-terre                       | Utiliser un point de contournement                                       | S&G       |
|                                |                                                                                                                          | Mauvais sens de contournement                                            |           |
|                                |                                                                                                                          | Faire chuter un point de contournement                                   | DSQ       |
|                                | Zone Terrestre et de transition, progression à l'extérieur du parcours                                                   | Non-respect du parcours                                                  | S&G       |
| R10 Comportement               | Les personnes doivent respecter l'encadrement, le corps arbitral et ses décisions ainsi que l'environnement              | Non-respect d'un Stop&Go                                                 | DSQ       |
|                                |                                                                                                                          | Attitude anti-sportive, non-respect d'un officiel                        |           |
|                                |                                                                                                                          | Dopage                                                                   |           |
|                                |                                                                                                                          | Non-respect de l'environnement                                           |           |

## 5 Arbitrage

### 5.1 Les arbitres

Identifiables grâce à leur tenue officielle composée d'un maillot rayé, ils sont les seuls habilités à apprécier les situations de courses et à prononcer d'éventuelles sanctions conformément à la réglementation en vigueur.

### 5.2 Rôle de l'arbitre principal

L'arbitre principal et le directeur de course sont les seuls garants du bon déroulement des rencontres.

Ils prennent de façon concertée les décisions nécessaires pour assurer la sécurité des coureurs.

Il est responsable :

- de l'organisation de l'arbitrage de la rencontre
- de veiller à l'application du règlement sportif fédéral,
- de valider les engagements, les départs, les résultats et les classements
- de l'information et de conseil

### 5.3 Bonifications

Dans la situation où une personne ou une équipe porte secours à une personne ou équipe en difficulté, l'arbitre de la rencontre peut décider d'une mesure compensatoire avec l'aval du jury d'épreuves.

### 5.4 Sanctions

Des sanctions sont attribuées aux compétiteurs pour non-respect des règles techniques décrites dans le tableau des règles générales. On distingue :

- Stop and Go (S&G) L'arbitre siffle et marque un angle droit avec ses deux mains. Le compétiteur ou l'équipe s'arrête. Dès l'arrêt effectif l'arbitre siffle et lève le bras, le compétiteur ou l'équipe repart.
- Disqualifications (DSQ) L'arbitre montre un carton rouge, la course se poursuit. La validité de la disqualification sera jugée par le jury d'épreuves.

Nota Bene : Dans le cas de nouvelles règles, l'arbitre accompagne pédagogiquement les contrevenants en les avertissant avant toute sanction.

#### 5.4.1 Modalités

Les résultats sont imprimés et affichés. Toute disqualification doit être confirmée par l'arbitre principal et affichée.

Les délégués de club disposent alors de 30 minutes pour poser réclamation par écrit à l'aide du formulaire ad-hoc disponible au PC Course.

Les réclamations sont ensuite traitées par le jury d'épreuves.

La décision du jury est transmise au délégué initiateur de la réclamation. Toute réclamation non résolue sera remontée au comité d'équité, auquel cas la réponse sera transmise par écrit au référent du club.

Les clubs disposent d'un délai de trois jours pour dénoncer des erreurs de classement. Au-delà de ce délai, toute demande sera rejetée.

## 5.4.2 Délégué rencontre de club

Chaque club engageant des compétiteurs est représenté par un délégué, licencié du club. Il représente l'ensemble des compétiteurs de son club lors des épreuves d'une rencontre. Il est le seul à pouvoir déposer une réclamation et à demander un remplacement. Il assiste à la réunion des délégués avant la rencontre. Il est conseillé que celui-ci ne soit pas compétiteur dans la rencontre en cours.

## 5.5 Jury d'épreuve et comité d'équité

### 5.5.1 Jury d'épreuve

Un jury d'épreuve est constitué d'un nombre impair de personnes pour statuer dans un délai compatible avec les impératifs de l'épreuve sur tous les litiges survenus ou disqualifications. Ses décisions sont sans appel. Il est composé :

- Pour les épreuves qualificatives : du directeur de course, de l'arbitre principal, d'un représentant élu du comité régional de la région organisatrice (un par région lors des championnats de zones) et de deux compétiteurs (un homme et une femme) et informés lors du briefing (tirés au sort par n° de dossard)
- Pour les rencontres finales : les membres ci-dessus auxquels se rajoutent un membre de la direction technique nationale et un représentant de la commission nationale des rencontres sportives.

### 5.5.2 Comité d'équité

Un comité d'équité est constitué d'un nombre impair de personnes pour statuer sur tous les litiges ne pouvant être soldés dans un délai compatible avec les impératifs de l'épreuve. Il est sollicité par le jury d'épreuve. Il est composé au minimum du délégué anti-dopage, d'un représentant de la commission nationale des rencontres sportives, d'un représentant de la commission nationale juges-arbitres, du directeur technique national (DTN) ou de son représentant et du président de la CNRS ou de son représentant.

## 6 Les différents circuits

### 6.1 Circuit Championnat de France CDF

Exclusivement réservé aux licenciés de clubs affiliés à la FFRP, le circuit permet la qualification pour la finale nationale par étapes géographiques successives. Une équipe ou une personne se qualifie sur une épreuve si son classement dans sa catégorie d'âges ou au scratch rentre dans les quotas définis pour la rencontre.

Les paragraphes et tableaux suivants précisent tous ces éléments.

| Étapes géographiques                                  | Identifiants | Niveaux  |
|-------------------------------------------------------|--------------|----------|
| Hauts de France / Grand Est / Bourgogne Franche-Comté | 1            | Région   |
| Normandie / Île de France                             | 2            | Région   |
| Bretagne                                              | 3            | Région   |
| Pays de Loire / Centre / Val de Loire                 | 4            | Région   |
| Nouvelle Aquitaine                                    | 5            | Région   |
| Occitanie                                             | 6            | Région   |
| PACA / Corse / AuRa                                   | 7            | Région   |
| Antilles : Guadeloupe / Martinique / St Martin        | Z1           | Zone     |
| Nord : Régions 1 et 2                                 | Z2           | Zone     |
| Ouest : Régions 3,4 5                                 | Z3           | Zone     |
| Sud : Régions 6 et 7                                  | Z4           | Zone     |
| Finale France                                         | N1           | National |

\* Inscriptions uniquement au niveau régional, sauf Zones Antilles et Nord

| Épreuves         | Formats    | UP            | Distances | Départs      | Catégories          |
|------------------|------------|---------------|-----------|--------------|---------------------|
| 50m pagaie       | Solo       | Pagaie simple | 50 m      | CLM *        | Toutes + DV         |
| 200m solo        | Solo       | Mains nues    | 200 m     | CLM          | Toutes + DV         |
| 800m solo        | Solo       | Mains nues    | 800 m     | CLM          | Toutes sauf Min/Cad |
| 400m binôme      | Équipe (2) | Libre         | 400 m     | CLM          | Toutes FF / HH / FH |
| Relais           | Équipe (4) | Pagaie simple | 4 x 50 m  | CLM **       | Mixtes 2F / 2H      |
| Trail Longe Côte | Solo       | Mains nues    | 3 à 10 km | Temps Limite | Toutes ***          |

Les départs sont donnés toutes les 30" à 60" en fonction des contraintes horaires.

\* Les départs des 50m solo sont donnés quand une personne termine

\*\* Les courses de relais sont organisées en parcours parallèles. Les départs successifs sont donnés quand le parcours est libéré par les équipes en course

\*\*\* pour la catégorie minimales/cadets, des parcours réduits sont proposées.

Les départs se font par catégories d'âge (Min/Cad, M4, M3, M2, M1, Seniors, Espoirs, Juniors), hommes, femmes puis mixtes.

À l'exception des régions, les performances du classement national permanent des épreuves solos sont prises en compte pour ordonner les départs, les moins performants partants en premier par catégories.

Nota Bene :

1. Les courses finales sont en élimination ou duel (Cf finales)
2. Les inscriptions au relais sont limitées à 2 par club au niveau régional

## Règlement sportif Longe Côte Marche Aquatique

| Quotas         | Min/Cad Juniors<br>Espoirs DVs | Senior | M1 | M2 | M3 | M4 | scratch H/F |
|----------------|--------------------------------|--------|----|----|----|----|-------------|
| Régions 3 et 7 | Tous                           | 4      | 4  | 4  | 4  | 4  | 8           |
| Autres régions | Tous                           | 3      | 3  | 3  | 3  | 3  | 8           |
| Zone Nord      | Tous                           | 2      | 2  | 2  | 2  | 2  | 8           |
| Zone Ouest     | Tous                           | 4      | 4  | 4  | 4  | 4  | 8           |
| Zone Sud       | Tous                           | 3      | 3  | 3  | 3  | 3  | 8           |
| Zone Antilles  | Tous                           | 2      | 2  | 2  | 2  | 2  | 8           |

### 6.1.1 Règles annexes de qualification:

1. En cas de désistement pour le tour suivant d'une personne ou d'une équipe, le repêchage s'effectue sur le classement par catégories d'âge et scratch.
2. Les solos et les équipes 100 % de nationalité étrangère qualifiées poursuivent le circuit. Pour autant, ils ne prennent pas une place de qualification d'athlètes ou équipes de nationalité française.
3. Les compétiteurs des catégories minimes-cadets, juniors, espoirs et déficients visuels sont automatiquement qualifiés pour le championnat de France sous réserve de participation au moins à une étape du circuit.
4. Les membres du Collectif France sont dispensés de l'étape régionale. En cas de présence, ils ne prennent pas une place de qualification d'athlètes ou d'équipes.
5. Les compétiteurs au-delà de 150 % du meilleur temps du genre ne sont pas qualifiés.

### 6.1.2 Qualifications et déroulés spécifiques des phases finales

| Épreuves         | Type        | Détails (au scratch)                                                 |
|------------------|-------------|----------------------------------------------------------------------|
| 50m pagaie       | Duel        | 4 meilleurs F/H,<br>demi-finale 1-4 2-3 , finale B 3-4, finale A 1-2 |
| 200m solo        | Élimination | 4 meilleurs F/H sur 3 tours, élimination à chaque tour *             |
| 800m solo        | Élimination | 8 meilleurs F/H sur 7 tours, élimination à chaque tour *             |
| 400m binôme      |             | Finale directe                                                       |
| Relais           | Duel        | 4 meilleurs, demi-finale 1-4 2-3 , finale B 3-4, finale A 1-2        |
| Trail Longe Côte |             | Finale directe                                                       |

\* Élimination au passage d'un alignement par 2 arbitres en jugeant les épaules.  
Le dernier tour se fait à deux concurrents.

## 6.1.3 Succession des épreuves lors d'une rencontre

Cet ordre est impératif pour la finale du circuit. Il est préconisé pour les autres étapes. Toute modification doit être validée par l'arbitre de la rencontre.

| Épreuves          | Régions et Zone (sans finale)     | National (avec finales) |
|-------------------|-----------------------------------|-------------------------|
| 800m solo         | Jour 1, matin                     | Jour 1, matin           |
| 200m solo         | Jour 1, matin                     | Jour 1, matin           |
| 50m pagaie        | Jour 1, matin                     | Jour 1, matin           |
| 400m binôme       | Jour 1, après-midi                | Jour 1, après-midi      |
| Finale 50m pagaie |                                   | Jour1, après-midi       |
| Finale 200m solo  |                                   | Jour1, après-midi       |
| Finale 800m solo  |                                   | Jour1, après-midi       |
| Trail Longe Côte  | Jour 2, matin                     | Jour 2, matin           |
| Relais            | Jour1 après-midi ou Jour 2, matin | Jour 2, matin           |
| Finale relais     |                                   | Jour 2, matin           |

## 6.1.4 Changements dans les équipes

Un club opère un seul changement par équipe qualifiée :

1. Au plus tard 24h avant le début de la première épreuve
2. Sans changement de catégorie d'âge et de sexe.
3. Avec des compétiteurs licenciés dans ce club.

Au-delà de la limite temporelle et en cas de force majeure, chaque club a la possibilité de demander par écrit (formulaire ad-hoc du dossier compétiteur) au jury d'épreuve un unique changement par équipe en respectant les règles 2 et 3.

## 6.1.5 Adaptations spécifiques aux personnes déficientes visuelles

Ils disposent d'un dispositif spécifique avec accompagnement d'un guide.

Il n'y a pas de différenciation des atteintes de cécité partielle ou totale. Les classements se feront au scratch hommes et femmes séparés. Toutes les épreuves sont ouvertes aux déficients visuels avec leur mode de guidage, avec classement spécifique uniquement pour les courses solos.

Les règles relatives aux concurrents DV :

- Les déficients visuels doivent présenter les justificatifs suivants :
  - Licence IR FFH à la FFRandonnée délivrée par le club d'appartenance
  - Carte de la Maison départementale des personnes handicapées portant la mention « besoin d'accompagnement » ou Cerfa15695 de 12 mois au plus
- Le déficient visuel portera l'identification pour le chronométrage (puce, autre)
- Le déficient visuel détermine le mode de guidage ; barre de guidage, guidage tactile ponctuel ou guidage vocal.

Les règles relatives au guide :

Veiller à la sécurité du concurrent DV et au respect des règles de la course

Le guide suit le concurrent DV de la chambre d'appel au retour au PC course

En course, le guide se positionne derrière le concurrent DV

Le guide et son concurrent DV sont licenciés du même club. Le remplacement du guide le jour de l'épreuve est autorisé pour une indisponibilité médicale.

En course, seul le guide interagit avec son concurrent DV hormis en cas de sanction.

## 6.1.6 Classements et récompenses de la finale CDF

### 6.1.6.1 *Médailles et podiums*

Des médailles sont remises aux 3 premiers par catégories d'âge à l'issue des qualifications sans cérémonie protocolaire de podium.

Nota Bene : Cette mesure est applicable à la finale du circuit, elle n'est pas obligatoire pour les étapes qualificatives.

Des podiums récompensent par genre (F,H,M) les 3 premiers au scratch à l'issue des épreuves.

### 6.1.6.2 *Le classement des clubs*

En plus des podiums, l'ensemble des résultats sont compilés pour établir le classement des clubs de la finale. Il est basé sur le cumul des 12 meilleurs résultats par catégories d'âge en appliquant le barème fédéral.

Les 5 premiers clubs sont récompensés.

## 6.2 Circuit Coupe de France des Clubs CDC

Basé exclusivement sur des épreuves par équipe, ouvertes aux supra-catégories pour les clubs affiliés, ce circuit favorise la mixité paritaire et offre à tous un maximum de liberté.

### 6.2.1 Le règlement général

Le nombre de rencontres qualificatives auxquelles un club peut participer ainsi que le nombre d'équipes présentées par rencontre qualificative ne sont pas limitées.

Une équipe de club est constituée de membre du même club à jour de leur licence.

Des équipes inter-clubs, de comités ou incluant des personnes non-licenciées avec « pass-découvertes » sont considérées 'Open' non classés au classement national.

### 6.2.2 Les épreuves CDC

On distingue quatre épreuves mains nues qui se déroulent dans l'ordre sauf contraintes logistiques :

1. Relais 2 x 500 m en binôme genré, FF+HH ou HH+FF ordre de passage libre.
2. 1000m tierce FFF
3. 1000m Tierce HHH
4. 3000 m et plus par équipe mixte paritaire de 6 FFFHHH. Le temps de départ est pris sur le premier concurrent, l'arrivée sur le dernier de la sixte.

Nota Bene : Les équipes non-conformes aux compositions sont considérées 'Open' et ne seront pas classées.

### 6.2.3 Le classement national CDC

Le classement des clubs du circuit est établi par supra-catégorie.

Il repose sur le cumul des 4 meilleurs résultats de chacune des 4 épreuves tout au long de la saison, soit un cumul de 16 résultats.

### 6.2.4 Qualification à la rencontre finale CDC

Les 20 premiers clubs par supra-catégorie sont qualifiés à l'issue de la saison.

Si un des clubs sélectionnés se désiste le suivant sera sélectionné et ainsi de suite.

### 6.2.5 La finale CDC

Une seule équipe par club et par supra-catégorie, exclusivement composée de licenciés du club, de 6 à 8 athlètes à parité femmes et hommes, participe à la finale. Elle concourt sur les 4 épreuves.

### 6.2.6 Classement et récompense de la finale CDC

Le classement de la phase finale par supra-catégories est le cumul des points de l'équipe sur les 4 épreuves.

Les podiums regroupent les trois premiers clubs dans la supra-catégorie Senior ainsi que dans la supra-catégorie Master.

Le vainqueur de la Coupe de France des Clubs est le club ayant le meilleur cumul de points sur les 2 supra-catégories.

## 6.3 Circuit National Trail Longe Côte TLC

Il est ouvert aux clubs affiliés, à leurs adhérents et aux personnes non-licenciées munies d'un pass-découverte. On peut s'inscrire à un nombre illimité de rencontres. Les inscriptions par le système fédéral se font individuellement ou par les référents de clubs :

<https://ffrandonnee-competitions.fr/LCMA/Public/index.php?saison=2025-2026&Circuit=TLC>

### 6.3.1 Les épreuves

Le Trail Longe Côte est une épreuve combinée de longe côte sur les zones aquatiques, et à allure libre ou marche dans les zones de transitions et terrestres. On distingue :

| Épreuves           | Formats | Type            | Départs | Allures | Classées   |
|--------------------|---------|-----------------|---------|---------|------------|
| Trail Longe Côte * | Solo    | En temps limité | Masse   | Libre   | CDF et TLC |
| Trail Longe Côte   | Binôme  | En temps limité | Masse   | Libre   | TLC CLubs  |
| Marche Longe Côte  | Solo    | En temps limité | Masse   | Marche  | Non        |
| Marche Longe Côte  | Binôme  | En temps limité | Masse   | Marche  | Non        |

\* Temps réduit pour les minimes-cadets

### 6.3.2 Classements des épreuves Trail Longe Côte

On distingue trois types de classements Trail Longe Côte :

- Le classement CDF pour les épreuves des étapes qualificatives du circuit Championnat de France.
- Le classement solo du Circuit TLC pour les épreuves à classement (Cf tableau) cumulant pour une personne ses trois meilleurs résultats dans l'année sportive en incluant les épreuves TLC du circuit Championnat de France
- Le classement des clubs prenant en compte les 3 meilleurs résultats de chaque solo et binôme d'un club (Cf tableau) cumulés sur la saison sportive.

Les autres épreuves donnent lieu à des classements locaux sans répercussion sur un quelconque classement national.

Les 8 premiers au scratch par genre au classement national du circuit TLC sont qualifiés pour la finale TLC du circuit Championnat de France. Les non-licenciés sélectionnés devront prendre une licence fédérale pour accéder à la finale CDF.

## 6.4 Les rencontres Open

Ces rencontres peuvent accueillir tous types d'épreuves. L'organisateur a le libre choix de la succession des épreuves, des formats, des départs, des allures, des UP, des catégories, du type de chronométrage, des distances.

Les règles de course définies dans ce document s'appliquent.

Les spécificités sont décrites dans le dossier compétiteur de chaque rencontre.