

2EME ÉTAPE
DU
CIRCUIT RÉGIONAL
ÎLE DE FRANCE

ÉTAPE COUPE DE FRANCE
CERGY

EDITION N°4

SAMEDI 25 JUIN 2022

PROGRAMME & PARCOURS

1	COUPE DE FRANCE			
	5 km	Début des enregistrements :	6h30	Rassemblement : 8h00
		Fin des enregistrements :	8h00	Départ de course : 8h30
				Fin de course : 10h15
2	COUPE DE FRANCE			
	10 km	Début des enregistrements :	6h30	Rassemblement : 8h00
		Fin des enregistrements :	8h00	Départ de course : 8h30
				Fin de course : 11h30
3	DÉCOUVERTE			
	500 m	Début des enregistrements :	9h30	Rassemblement : 10h00
		Fin des enregistrements :	10h00	Départ de course : 10h30
				Fin de course : 11h30

Filles nées entre le 1^{er} janvier 2012 et le 31 décembre 2013
Garçons nés entre le 1^{er} janvier 2011 et 31 décembre 2013

Les nageuses et les nageurs devront être titulaire du Pass'Sports de l'eau au minimum

4	ÉPREUVE GRAND PUBLIC			
	1,5 km	Début des enregistrements :	8h30	Rassemblement : 10h45
		Fin des enregistrements :	10h30	Départ de course : 11h15
				Fin de course : 12h15

ENGAGEMENTS	16 €	pour les 5 km et le 10 km
	10 €	pour le 1,5 km
	5 €	Découverte
	+ 5 €	Engagements après la date limite

Les engagements se feront via la plateforme en ligne FFN Eau Libre : <https://www.ffneaulibre.fr>

Les nageurs devront se présenter à la table d'émargement au moins 1h avant l'heure du rassemblement.

POUR VENIR A L'ÎLE DE LOISIRS DE CERGY

Rue des Étangs à Cergy-Pontoise

Par la route :

De Paris : prendre l'autoroute A15, sortie n°9 direction Cergy puis suivre le fléchage « les Étangs de Cergy-Neuville ».

Avec G.P.S. : Adresse GPS : intersection du Bd de l'Hautil et de la rue des Moulines, 95000 Cergy.
Coordonnée GPS :
Latitude : 49.0217870018582
Longitude : 2.052319049835205

Par le train :

De Paris Saint-Lazare, descendre à Cergy-Préfecture, puis bus n°48.
De Paris Gare du Nord, descendre à Pontoise , puis bus n°45 et 48.

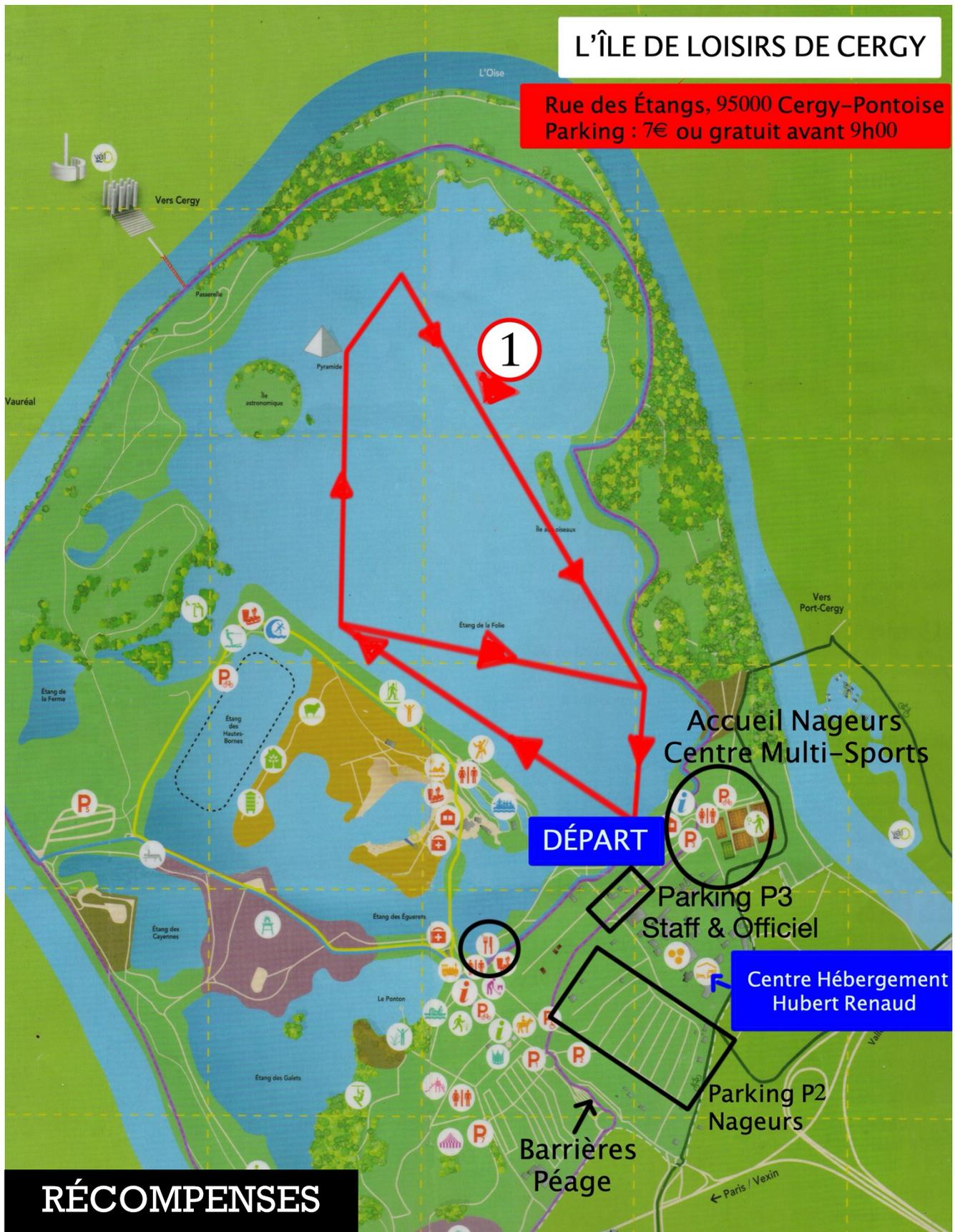
Par le RER :

RER A, descendre à Cergy-Préfecture, prendre le bus n°48 jusqu'à l'arrêt « Base de loisirs », ou descendre à Neuville Université et prendre la navette n°29 jusqu'à l'arrêt « Île-de-loisirs » (l'été uniquement).

Le parking est payant de 9h00 à 19h du 30 mars au 30 septembre 2022.
Tarif : 6 €/véhicule

L'ÎLE DE LOISIRS DE CERGY

Rue des Étangs, 95000 Cergy-Pontoise
Parking : 7€ ou gratuit avant 9h00



RÉCOMPENSES

500 m – 1,7 km – 5 km – 10 km

Médailles aux 3 premières dames et aux 3 premiers messieurs des catégories.

- Avenirs (500 m)
- Jeunes
- Juniors
- Séniors
- 41 ans et +

5 km

Médailles + primes dames et messieurs :

- 1^{er} : 500 €
- 2^{ème} : 250 €
- 3^{ème} : 125 €

10 km

Médailles + primes dames et messieurs :

- 1^{er} : 1 000 €
- 2^{ème} : 500 €
- 3^{ème} : 250 €

HEBERGEMENT & RESTAURATION

Hébergement et restauration sur place :

Pour tous renseignements sur la restauration sur place :

<https://cergy-pontoise.iledeloisirs.fr/accueil/hebergement-restauration/>

RENSEIGNEMENT

eaulibrecergy@gmail.com

LICENCES

Les nageurs n'ayant pas une licence FFN, FINA ou FFHANDI peuvent participer aux épreuves Eau Libre en souscrivant à une licence spécifique Eau libre.

La licence spécifique Eau Libre est proposée automatiquement au moment de l'inscription, elle sera valable pour une année civile à compter de la date de validation.

Le coût de cette licence est de 10 € (licence eau libre promo) payable une seule fois, en plus des droits d'engagements. Si vous faites plusieurs courses dans la saison, vous ne payerez que les frais d'inscriptions à partir de la seconde course.

Vous vous inscrivez dans ce cas en tant que licencié. Il faudra être en possession d'un certificat médical et s'engager à le fournir à la première demande.