

## CHAMPIONNAT DE BRETAGNE DE LONGE CÔTE 2021, ÉPREUVE QUALIFICATIVE POUR LE 6ÈME CHAMPIONNAT DE FRANCE

Le 6<sup>ème</sup> Championnat de France de Longe Côte se déroulera à Hyères (83), le samedi 16 octobre 2021.

**Le Championnat Régional de Bretagne, épreuve qualificative, est organisé le samedi 31 juillet 2021 sur la plage de Tréompan à Ploudalmézeau (29)<sup>1</sup>.**

### La compétition, plage de Tréompan de 10h à 16h : 9 clubs, 140 compétiteurs

Le Centre Nautique Portsall-Kersaint et le Comité FFRandonnée Bretagne organisent le Championnat de Bretagne de Longe Côte le samedi 31 juillet 2021 à partir de 10h (*accueil des compétiteurs dès 7h*), sur la plage de Tréompan à Ploudalmézeau (29).

140 compétiteurs des clubs de ASAL Lorient, TSN Carnac, Promeneur de Rhuys, Otaries d'Erquy, Binic Rando, Centre Nautique de Portsall-Kersaint, Centre Nautique de l'Île Tudy, Centre de Voile de Landéda-L'Aberwrac'h et MJC MPT Pen Ar Creac'h de Brest s'affronteront sur des parcours chronométrés de 1 000m en équipes de 3 ou 5 le matin et de 100m ou 400m en solo l'après-midi.

### Une activité accessible à tous

Parmi les compétiteurs, 2 personnes en situation de handicap (malvoyants, membres de l'association Valentin Haüy de Brest) participeront à ce Championnat Régional sur l'épreuve 100m solo en catégorie Senior. L'occasion de rappeler que l'activité est un sport accessible à tous.

### Une manifestation éco-responsable

Le Comité régional, associé au Centre Nautique Portsall-Kersaint, s'est engagé à organiser le Championnat régional dans le respect de la *charte régionale des manifestations sportives vers une démarche qualité* établie par le CROS Bretagne. Cette charte s'adresse aux organisateurs bretons de manifestations sportives désirant intégrer une démarche de Responsabilité Sociétale des Organisations et de Développement Durable dans l'organisation de leur manifestation.

La dématérialisation des informations et des inscriptions, la diffusion raisonnée des supports de communication, l'incitation au déplacement en covoiturage vers le site de la manifestation et pas de déplacement pendant la manifestation, la diminution de la production de déchets, l'organisation du tri sélectif, la maîtrise des consommations d'eau et d'énergie et la préservation de la biodiversité constituent les axes premiers des engagements pris.

### Longe Côte Marche Aquatique

Le Longe Côte Marche Aquatique consiste à marcher en milieu aquatique (océans, mers, lacs...) avec une hauteur d'eau située entre le nombril et les aisselles, sur des plages de sable de faible devers ne présentant ni obstacle majeur, ni risque particulier, avec un équipement adapté aux conditions de mer et de météo. L'utilisation d'ustensiles de propulsion tels que la pagaie participe efficacement à l'équilibre et à la propulsion. Accessible à tous, elle peut se pratiquer de manière tranquille ou intensive. Activité de sport santé et de bien-être, elle permet un renforcement musculaire et cardiovasculaire sans traumatisme articulaire et améliore l'équilibre et l'endurance.

Depuis 2017 la Fédération Française de la Randonnée Pédestre est délégataire de la pratique auprès du Ministère des Sports. En Bretagne, 26 clubs affiliés à la FFRandonnée pratiquent l'activité, l'une des premières régions de France en nombre de clubs Longe Côte Marche Aquatique FFRandonnée.

### Contact presse

Marc Bugnard, référent régional Longe Côte Marche Aquatique, Comité FFRandonnée Bretagne :

06 61 55 06 69, [bugnard.marc@wanadoo.fr](mailto:bugnard.marc@wanadoo.fr)

[Toute l'information sur bretagne.ffrandonnee.fr](http://toute.linformation.sur.bretagne.ffrandonnee.fr), rubrique pratiques de randonnée/longe côte marche aquatique



1 Ce Championnat se déroulera suivant les conditions sanitaires et consignes gouvernementales en vigueur à cette période (pass sanitaire obligatoire sur le site de la compétition)