



4 épreuves en ligne

5400 m : La Dune ➡ 100 dossards

3000 m : La Chapelle ➡ 100 dossards

600 m AC / CC ➡ 70 / 30 dossards

Avec le Courant (Les Abatilles) / Contre le Courant (Le Moulleau)

Départ simultané pour les 2 épreuves du 600m à partir de 2 sites différents et une arrivée commune

Limitation à 300 inscriptions au total

Marée haute à 12h08 – coeff 41

Contact : eau_libre@V2Lnatation.com arcachon.natation@outlook.com

REGLEMENT OSEZ ARCACHON 2026

- 1 – COMMENT S'INSCRIRE
- 2 – CONDITIONS POUR S'INSCRIRE
- 3 – EPREUVES, HORAIRES, DELAI DE COURSES
- 4 - EQUIPEMENTS
- 5 – DROIT A L'IMAGE
- 6 – CLASSEMENT ET PODIUM
- 7 – SECURITE
- 8 – ENVIRONNEMENT
- 9 – ASSURANCES
- 10 - ACCEPTATION
- 11- PARCOURS
- 12 – VILLAGE SPORTIF (arrivées / inscriptions)



EN RESUME OSEZ ARCACHON dimanche 04 octobre 2026

Inscriptions en ligne avant le jeudi 1er octobre 23h55
ou sur place le dimanche 4 octobre

- <https://ffnatation33.org> « onglet Osez Arcachon » ou ffneaulibre.fr « évènement/inscription, octobre »
- **Le jour J, apporter votre Carte National d'Identité et une autorisation parentale pour les mineurs.**

Epreuves, horaires et catégories

Distance	Retrait et nombre de dossards	Départ de la course	Catégories	Combinaison néoprène
5400 m	8H00 – 9H30 100 dossards	10H00	- Pour les licenciés FFN, FFtri et FFHandi : ≥ 16 ans - Pour les non licenciés : ≥18 ans	Usage libre (\$4)
3000 m	8H00 – 13H00 100 dossards	13H30	- Pour les licenciés FFN, FFtri et FFHandi : ≥14 ans - Pour les non licenciés : ≥16 ans	
600 m AC	8H00 - 14H30 70 dossards	15H00	- 10 ans et plus - pour les licenciés FF Sport Adapté	
600 m CC	8H00 - 14H30 30 dossards	15H00	- Pour les licenciés FFN, FFtri et FFHandi : ≥11 ans - Pour les non licenciés : ≥13 ans	

- Chronométrage manuel avec temps pris sur la plage d'arrivée qui est la plage des arbousiers.
- Départs de la plage => possibilité de transport avec des minibus sur demande dans la limite de 72 places (voir article 3)

Tarifs

- **Licenciés FFN, FFHandi, FF Sport adapté et Eau Libre Promotionnelle :**
5400 m : 25 € 3000 m : 20 € combo 5400+3000 : 40 € 600 m AC et 600 m CC : 15 €
- **Licenciés FFtri et non licenciés : 15 € supplémentaires** au prix de base ci-dessus seront demandés pour obtenir une licence promotionnelle FFN Eau libre, valable 1 an à partir de la date d'inscription.

REGLEMENT OSEZ ARCACHON 2026

Révision 00

1 – COMMENT S'INSCRIRE

➤ Inscriptions en ligne

Pour tout engagement à l'une des épreuves d'Osez Arcachon, merci de vous rendre sur le site <https://ffnatation33.org> « onglet Osez Arcachon » ou ffneaulibre.fr – événement/inscription, octobre.

Les inscriptions en ligne sont possibles jusqu'au jeudi 01 octobre 2026 23h55.

Il est possible de s'inscrire sur plusieurs épreuves mais les participants devront être vigilants sur les horaires des épreuves si celles-ci s'enchaînent.

➤ Inscriptions sur place le jour des épreuves

Seules les personnes licenciées FFN pourront s'inscrire le jour même de l'épreuve en respectant les horaires donnés au §3 et en s'assurant qu'il reste des places. L'inscription sur place sera majorée de 5€ quelle que soit l'épreuve.

2 – CONDITIONS POUR S'INSCRIRE

➤ Cas 1 : Les nageurs titulaires d'une licence de natation valide pour la saison 2026-27

Les nageurs titulaires d'une licence **FFN, FFHandi, FF Sport adapté et FFN Eau libre promotionnelle** pourront participer aux épreuves sans fournir de certificat médical de non contre-indication à la pratique de la Natation en eau libre de moins d'un an à la date de la manifestation.

➤ Cas 2 : Les autres nageurs (FFTri et non licenciés)

La licence FFN Eau Libre promotionnelle (FFN EL promo) sera obligatoire. Elle a un coût de 15€ et est valable une année à partir de la date d'inscription. Avec cette licence **FFN EL Promo**, vous pourrez vous engager sur toutes les autres manifestations de Natation en eau libre comme étant licencié FFN. Plus particulièrement, la licence que vous prendrez pour « Osez Arcachon 2026 » vous permettra de participer au circuit de gironde 2027 « Osez l'Eau Libre » jusqu'à la date anniversaire d'inscription.

➤ Autres conditions

Toute inscription est personnelle, ferme et définitive, et ne peut faire l'objet de remboursement pour quel que motif que ce soit.

Aucun transfert d'inscription n'est autorisé pour quelque motif que ce soit.

Toute personne rétrocédant son engagement à une tierce personne sera reconnue responsable en cas d'accident survenu ou provoqué par cette dernière durant l'épreuve.

L'organisateur décline toute responsabilité en cas d'accident face à ce type de situation et se réserve le droit d'exclure définitivement le participant d'Osez Arcachon.

➤ **Tableau récapitulatif : documents, tarifs et limite d'âge**

Le tableau ci-dessous synthétise :

- les tarifs et limites d'âge inférieures en fonction des épreuves et des différents types de licence ;
- les documents à téléverser sur le site internet avant le 1er octobre 2026 à 23h55 ou à apporter sur place le jour-J des épreuves.

		Limites d'âge inférieures					Documents requis		
Epreuves (m)		600 AC	600 CC	3000	5400	Combo 3000 + 5400	licence de votre club	Licence FFN EL promo	Certificat médical ⁽¹⁾
Tarifs (€)		15€	15€	20€	25€	40€	-	15€	-
1	Licencié FFN compétition	10 ans	11 ans	14 ans	16 ans		à fournir	-	-
	Licencié FFN Natation pour tous et EL promo	10 ans	13 ans	16 ans	18 ans		à fournir	-	-
	Licencié FFHandi	10 ans	13 ans	16 ans	18 ans		à fournir	-	-
	Licencié FF Sport adapté	10 ans	13 ans	16 ans	18 ans		à fournir	-	-
2	Licencié FFTri	10 ans	11 ans	14 ans	16 ans		-	à prendre	-
	Non licencié	10 ans	13 ans	16 ans	18 ans		-	à prendre	à fournir

(1) Certificat médical de non contre-indication à la pratique de la natation en eau libre.

3 – EPREUVES, HORAIRES, DELAIS DE COURSE

➤ **Inscription et/ou retrait des dossards**

Le retrait des dossards s'effectuera au village sportif localisé sur la plage des arbousiers qui est également le site d'arrivée de toutes les épreuves.

A leur arrivée sur le site, les nageurs déjà inscrits sur internet et les nageurs souhaitant s'inscrire le jour-J doivent se présenter au stand accueil avec **leur Carte d'Identité et autorisation parentale pour les mineurs** selon les horaires donnés ci-après. Ils finaliseront leur inscription et retireront leur dossard (bonnet et numéro sur les mains).

Les inscriptions sur place seront possibles uniquement si le nombre total d'inscriptions n'est pas atteint donc il est impératif de vérifier préalablement sur le site d'inscription.

Si un participant est inscrit à plusieurs courses, il doit retirer son dossard pour chaque course dans le créneau horaire donné dans le tableau de la page suivante.

A la fin de la période de retrait des dossards, le compétiteur a l'obligation de se présenter à la chambre d'appel (voir § 7 sécurité).

Distance	Nombre de dossards	Horaire de retrait des dossards	Départ de l'épreuve	Délais de course
5400 m	100	8H00 – 9H30	10H00	120 minutes
3000 m	100	11H00 – 13H00	13H30	60 minutes
600 m AC	70	13H15 - 14H30	15H00	35 minutes
600 m CC*	30	13H15 - 14H30	15H00	45 minutes

*selon les conditions de l'océan, l'épreuve de contre-courant pourra être raccourcie

Remarque : les délais de course ont été établis sur la base des 2 éditions précédentes au cours desquelles aucun participant n'est arrivé en dehors des délais du tableau ci-dessus.

➤ Assistance

Pour les personnes à mobilités réduites, une adaptation et un accompagnement pourra se faire tout au long de votre parcours. Merci de contacter l'organisation avant le 01 octobre.

➤ Délais courses

Les officiels sortiront les nageurs de l'eau après le délai indiqué si le nageur n'est pas arrivé.

➤ Accès aux sites de départ du 5400m et 3000m

Un service de navettes avec des minibus sera mis à disposition pour transporter les nageurs aux sites de départ de la Dune (5400m) et de La Chapelle (3000m). Les bus partiront du parking du village sportif (plage des Arbousiers). Pour chaque départ 24 places seront proposées et devront être réservées lors de l'inscription en informant l'organisation par mail à eau_libre@V2Lnatation.com. Lors de la réservation des minibus l'épreuve et l'horaire devront être indiqués. Un autre horaire sera proposé par l'organisation si toutes les places ont déjà été réservées sur le créneau demandé et dans la limite des 72 places possibles.

- Horaires des minibus pour l'épreuve de 5400m – La Dune : **8h30 / 9h / 9h30**
- Horaires des minibus pour l'épreuve de 3000m - La Chapelle : **12h / 12h30 / 13h**

Pour les participants se rendant directement sur les sites de départ les coordonnées des 2 sites sont :

- Epreuve de la Dune – 5400 m : **plage de la corniche (44°36'1.0"N ; 1°12'40.0"W)**
- Epreuve de La Chapelle – 3000 m : **jetée de la Chapelle croix des marins (44°39'50.0"N ; 1°10'51.1"W)**

4 – EQUIPEMENTS

Le compétiteur accepte de se faire inscrire au feutre indélébile (ou équivalent) son numéro de dossard au dos des mains.

Le port du bonnet de bain est obligatoire (aide à la localisation du nageur). Un bonnet est fourni par l'organisation lors du retrait des dossards.

Le port des combinaisons est obligatoire si la température de l'eau est inférieure à 18°C.

L'utilisation de bouée, palme, tuba est interdit, ainsi que tout matériel aidant à la flottabilité (type pull-boy).

5 – DROIT A L'IMAGE

Un photographe et un pilote de drone professionnel pourront être présents tout au long de la journée du 04 octobre.

En participant à Osez Arcachon, chaque nageur autorise expressément l'organisateur (et/ou ses ayants-droits) à utiliser ou faire utiliser ou reproduire ou faire reproduire son nom, son image, sa voix et sa prestation sportive dans le cadre d'Osez Arcachon en vue de toute exploitation directe ou sous forme dérivée de l'épreuve et ce, sur tout support, dans le monde entier, par tous les moyens connus ou inconnus à ce jour, et pour toute la durée de protection actuellement accordée en matière de droits d'auteur par les dispositions législatives ou réglementaires applicables, les décisions judiciaires et/ou arbitrales de tout pays ainsi que par les conventions internationales actuelles ou futures, y compris pour les prolongations éventuelles qui pourraient être apportées à cette durée.

6 – CLASSEMENTS ET PODIUMS

Pour être classés, les nageurs et nageuses devront effectuer le parcours dans son intégralité. Ils ne devront pas s'accrocher à une embarcation.

En s'inscrivant, chaque participant autorise expressément l'organisateur à faire paraître son nom dans les résultats et les classements.

Après chaque course, plusieurs podiums récompenseront les nageurs et nageuses suivants :

- **5400 mètres :** Podium Femme (3 premières)
Podium Homme (3 premiers)
- **3000 mètres :** Podium Femme 2007 et moins (3 premières)
Podium Homme 2007 et moins (3 premiers)
Podium Femme années 2008 et plus (3 premières)
Podium Homme années 2008 et plus (3 premiers)
- **Combo : 5400 + 3000** Podium Femme (3 premières)
Podium Homme (3 premiers)
- **600 mètres AC :** Podium Femme 2011 et moins (3 premières)
Podium Homme 2011 et moins (3 premiers)
Podium Femme années 2012 et plus (3 premières)
Podium Homme années 2012 et plus (3 premiers)
Sport Adapté : podium homme et femme toutes catégories
- **600 mètres DC :** Podium Femme (3 premières)
Podium Homme (3 premiers)

Les classements des courses seront mis en ligne sur le site <http://eaulibre.ffnatation33.org> à l'issue de la manifestation.

7 – SECURITE

En cas de force majeure (température de l'eau, condition météorologique, conditions de sécurité,), les organisateurs peuvent décider d'annuler la course sans qu'aucun remboursement ni dédommagement ne puisse être demandé par les concurrents.

L'information d'annulation sera publiée sur le site <https://ffnatation33.org> et/ou [plateforme FFN eau libre](#)

Une fois dans la chambre d'appel, le compétiteur a l'obligation d'avertir les organisateurs s'il souhaite la quitter et donc abandonner la course.

Une fois dans la chambre d'appel, le compétiteur doit écouter attentivement le briefing de course et de sécurité. En particulier, en course, le compétiteur ne doit pas regagner le rivage par lui-même, il doit se manifester auprès du service de sécurité sur eau.

La sécurité sur eau sera assurée en encadrant les nageurs le long du tracé par des surveillants sur des embarcations du type paddles, canoës, et avec au moins une embarcation motorisée.

Un poste de secours sera présent à terre pour la sécurité des nageurs et des personnes sur le site.

Les accompagnateurs ne sont pas autorisés à suivre les nageurs avec une embarcation personnelle de type stand up paddle, canoë, bateau à rames, etc...

8 – ENVIRONNEMENT

En s'inscrivant à Osez Arcachon, le participant s'engage à respecter l'environnement et les espaces traversés.

Il est strictement interdit de jeter ou d'abandonner des déchets (doses énergétiques, papiers, emballages, plastiques...) sur le parcours et de manière générale sur tout le site.

Les participants doivent conserver les déchets et emballages et utiliser les poubelles et lieux signalisés par l'organisation pour s'en débarrasser.

9 – ASSURANCES

Assurance Responsabilité civile : Conformément à la législation en vigueur, l'organisateur a souscrit une assurance couvrant les conséquences pécuniaires de sa responsabilité civile, de celle de l'ensemble de l'équipe d'organisation d'Osez Arcachon et de tous les participants.

En ce qui concerne la responsabilité civile des participants, la garantie correspondante est limitée aux accidents qu'ils pourraient causer à des tiers à l'occasion du déroulement de la manifestation. Elle ne prend effet que sur l'itinéraire officiel, pendant la durée de l'épreuve, pour des participants régulièrement inscrits et en course.

Par ailleurs, cette garantie interviendra en complément ou à défaut d'autres assurances dont les participants pourraient bénéficier par ailleurs. Un justificatif de ladite assurance peut être communiqué à tout participant sur simple demande.

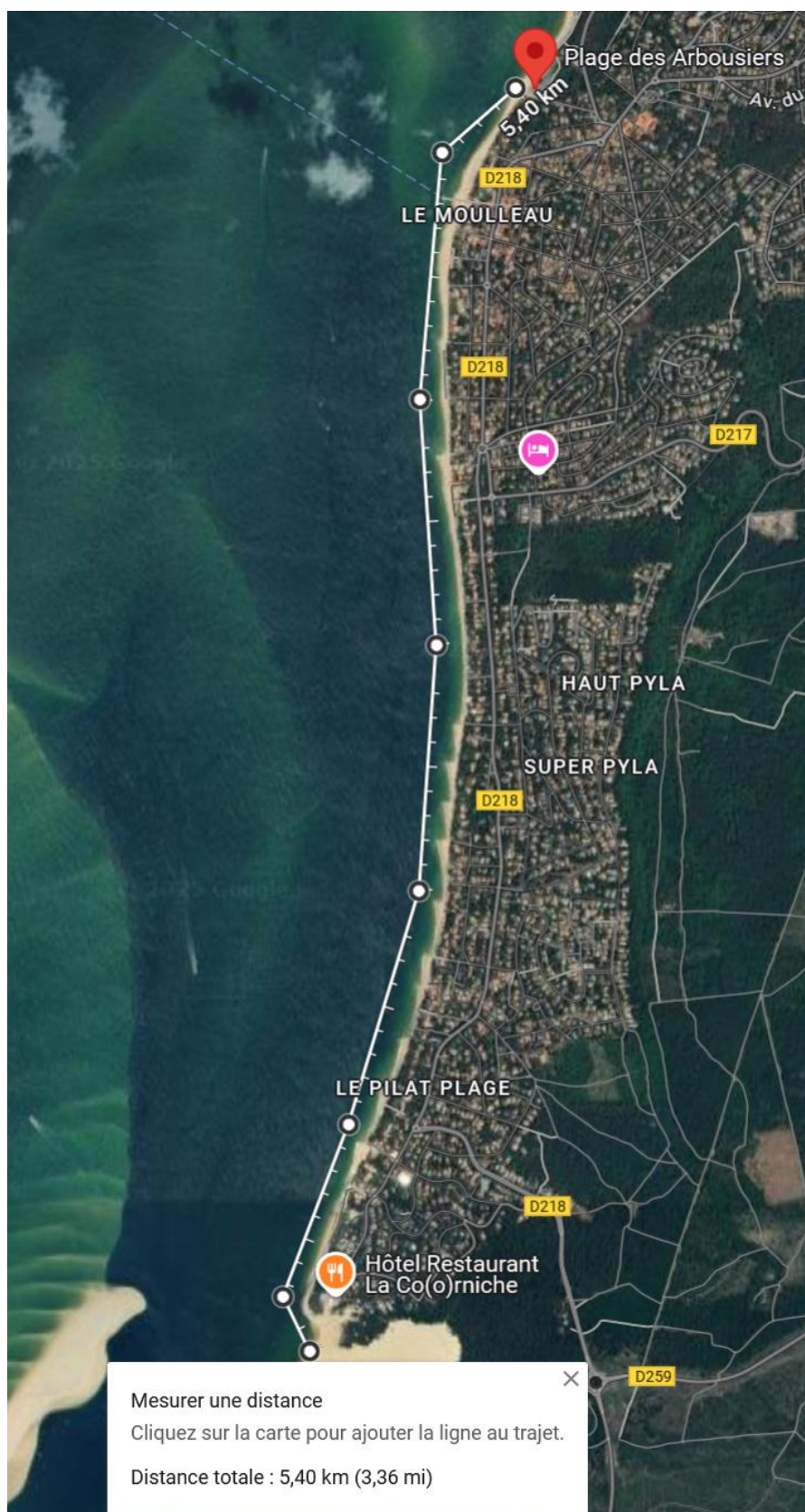
Assurance Dommage Matériel : L'organisateur décline toute responsabilité en cas de vol, bris ou perte des biens personnels des participants pendant la course. Il incombe à chacun de se garantir ou non contre ce type de risques auprès de son assureur. Les participants reconnaissent la non-responsabilité de l'organisateur pour la surveillance des biens ou objets personnels en cas de vol ou de perte. Les objets, accessoires remis à des tierces personnes pendant l'épreuve (membre de l'organisation ou non) le seront sous l'entière responsabilité du participant déposant.

Décharge de responsabilité : en s'inscrivant et en prenant part à Osez Arcachon, chaque participant accepte que, dans la limite des dispositions législatives applicables, ni la ville de Arcachon, ni l'association Val de l'Eyre Natation, ni l'association Arcachon Natation, ni le Comité Départemental de Natation de la Gironde, ne sauraient être tenus responsables en cas de perte, d'accident, de blessure ou de maladie. En acceptant les conditions d'inscription et le présent règlement, chaque participant reconnaît et assume sa pleine responsabilité en cas d'accident pouvant se produire durant toute la durée de la manifestation et à l'occasion des trajets aller et/ou retour.

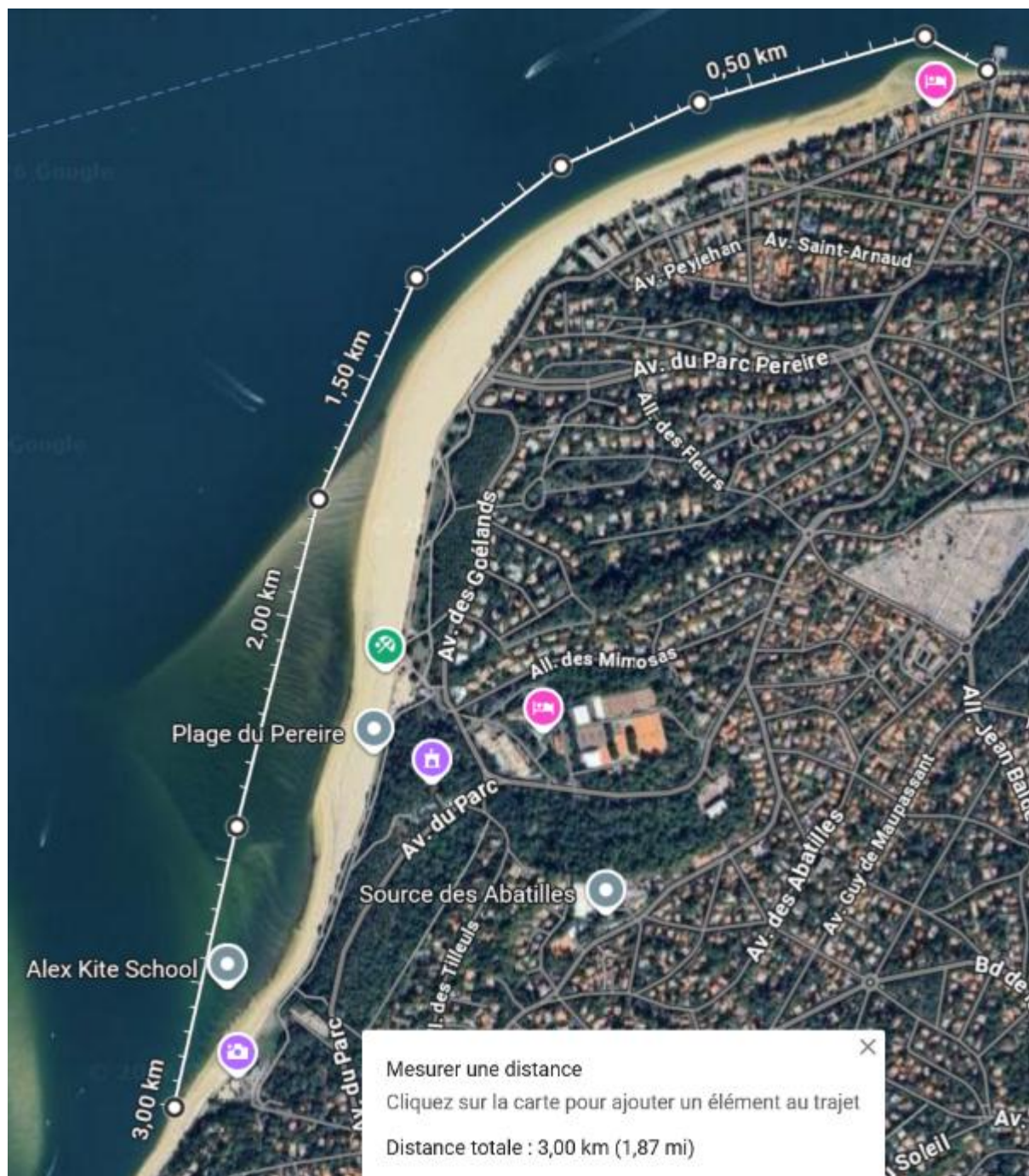
10 – ACCEPTATION

Acceptation du règlement : la participation à Osez Arcachon implique l'acceptation expresse et sans réserve par chaque participant du présent règlement. L'organisateur d'Osez Arcachon se réserve le droit de le modifier, notamment, pour des raisons qui lui seraient imposées par les autorités compétentes. Chaque participant reconnaît avoir pris connaissance du présent règlement et en accepte les clauses dans leur intégralité.

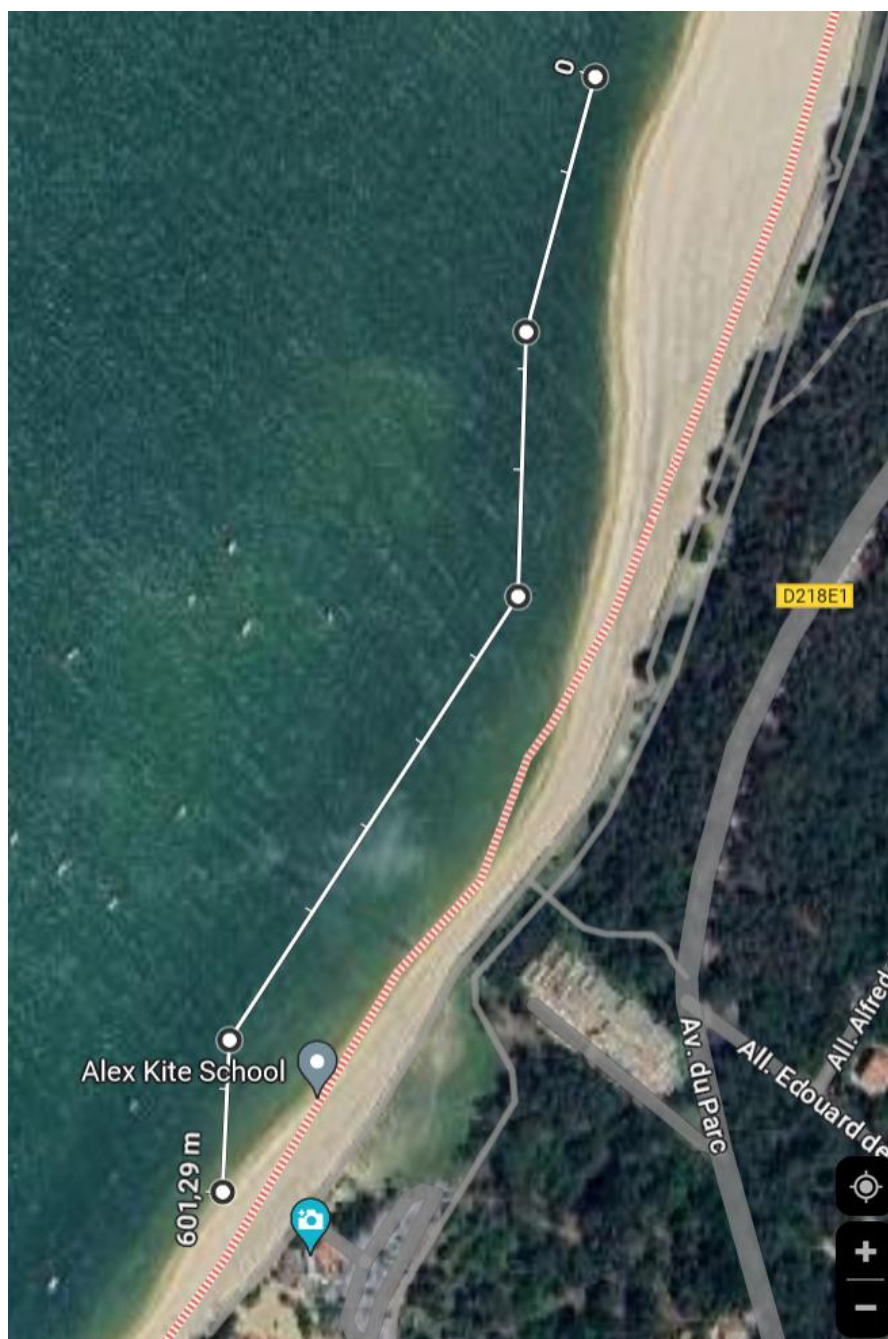
La Dune 5400 m



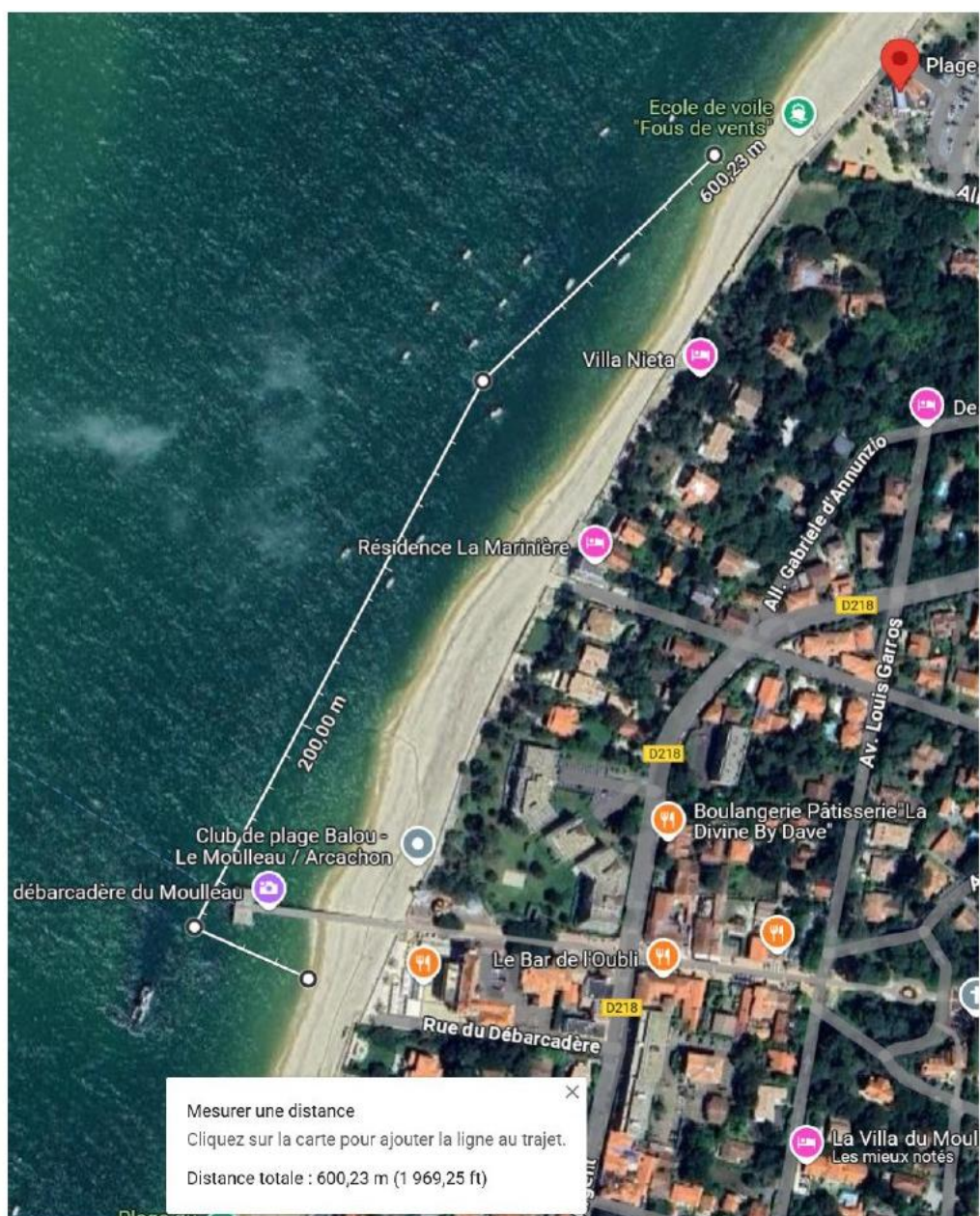
La Chapelle 3000 m



Les Abatilles 600 m AC



Le Moulleau 600 m CC



Plage des arbousiers à ARCACHON

