



PROGRAMME SEPTEMBRE 2021

VENDREDI 10 SEPTEMBRE

LE DÉFI DE MONTE-CRISTO 6K SANS PALMES

ATTENTION !! **SOYEZ PONCTUEL !!!**

06:30 • Ouverture du village

06:30 • Retrait des bonnets - **Première vague**

07:15 • Embarquement pour le Château d'If

08:30 • Briefing de sécurité nageurs **et Départ de la course - Première vague**

07:30 • Retrait des bonnets - **Deuxième vague**

08:15 • Embarquement pour le Château d'If

09:30 • Briefing de sécurité pour les nageurs et **Départ de la course - Deuxième vague**

12:30 • Remise des récompenses

LE DÉFI DE MONTE-CRISTO 4K SANS PALMES

11:00 • Retrait des bonnets

13:15 • Briefing de sécurité pour les nageurs

13:30 • Embarquement pour l'île Degaby

14:00 • **Départ de la course**

16:00 • Remise des récompenses

LE DÉFI OPEN 2K (AVEC OU SANS PALMES) & PASTA PARTY

18:00 • Retrait des bonnets

18:40 • Briefing de sécurité pour les nageurs

19:00 • **Départ de la course**

20:00 • Remise des récompenses & Pasta Party

SAMEDI 11 SEPTEMBRE

LE DÉFI DE MONTE-CRISTO 6K AVEC PALMES

ATTENTION !! SOYEZ PONCTUEL !!!

06:30 • Ouverture du village

06:30 • Retrait des bonnets - **Première vague**

07:15 • Embarquement pour le Château d'If

08:30 • Briefing de sécurité nageurs et **Départ de la course - Première vague**

07:30 • Retrait des bonnets - **Deuxième vague**

08:15 • Embarquement pour le Château d'If

09:30 • Briefing de sécurité pour les nageurs et **Départ de la course - Deuxième vague**

12:30 • Remise des récompenses

LE DÉFI 2,5 K SANS PALMES

11:00 • Retrait des bonnets

13:30 • Briefing de sécurité pour les nageurs

14:00 • **Départ de la course**

15 :30 • Remise des récompenses

LE DÉFI JUNIOR 1K (AVEC OU SANS PALMES)

11:00 • Retrait des bonnets

15:45 • Briefing de sécurité pour les nageurs

16:00 • **Départ de la course**

17:00 • Remise des récompenses

DIMANCHE 12 SEPTEMBRE

LE DÉFI DE MONTE-CRISTO 6K SANS PALMES

ATTENTION !! SOYEZ PONCTUEL !!!

06:30 • Ouverture du village

06:30 • Retrait des bonnets - **Première vague**

07:15 • Embarquement pour le Château d'If

08:30 • Briefing de sécurité nageurs **et Départ de la course - Première vague**

07:30 • Retrait des bonnets - **Deuxième vague**

08:15 • Embarquement pour le Château d'If

09:30 • Briefing de sécurité pour les nageurs et **Départ de la course - Deuxième vague**

12:30 • Remise des récompenses

LE DÉFI 2,5 K AVEC PALMES

11:00 • Retrait des bonnets

13:30 • Briefing de sécurité pour les nageurs

14:00 • **Départ de la course**

15 :30 • Remise des récompenses

LE DÉFI OPEN 1K (AVEC OU SANS PALMES)

11:00 • Retrait des bonnets

15:45 • Briefing de sécurité pour les nageurs

16:00 • **Départ de la course**

17:00 • Remise des récompenses