

LE DÉFI DE

MONTE CRISTO

LA CIOTAT

PROGRAMME DU 14 AU 15 SEPTEMBRE

SAMEDI 14 SEPTEMBRE

5K avec palmes

06:30 • Ouverture du village

06:30 • Retrait des bonnets - Première vague

07:15 • Embarquement pour l'Île Verte

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

07:30 • Retrait des bonnets - Deuxième vague

08:15 • Embarquement pour l'Île Verte

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

12:30 • Remise des récompenses

3.5K sans palmes

11:00 • Retrait des bonnets

13:30 • Briefing de sécurité pour les nageurs

13:45 • Embarquement pour l'Île Verte

14:30 • Départ de la course

16:30 • Remise des récompenses

2K (avec ou sans palmes)

14:00 • Retrait des bonnets

15:45 • Briefing de sécurité pour les nageurs

16:00 • Départ de la course

17:00 • Remise des récompenses

LE DÉFI DE

MONTE CRISTO

LA CIOTAT

PROGRAMME DU 14 AU 15 SEPTEMBRE

DIMANCHE 15 SEPTEMBRE

5K sans palmes

06:30 • Ouverture du village

06:30 • Retrait des bonnets - Première vague

07:15 • Embarquement pour l'Île Verte

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

07:30 • Retrait des bonnets - Deuxième vague

08:15 • Embarquement pour l'Île Verte

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

12:30 • Remise des récompenses

2.5K sans palmes

11:00 • Retrait des bonnets

13:30 • Briefing de sécurité pour les nageurs

13:45 • Embarquement pour l'Île Verte

14:30 • Départ de la course

16:30 • Remise des récompenses

1K (avec ou sans palmes)

14:00 • Retrait des bonnets

15:45 • Briefing de sécurité pour les nageurs

16:00 • Départ de la course

17:00 • Remise des récompenses