

VENDREDI 20 JUIN 2025



LA CITR^{ON}NNADE
EAU LIBRE NOCTURNE - BAIE DES CITRONS

Présentation

La 2e édition de la CITRONNADE est organisée par l'association DYNAMIK NC, affiliée à la F.F.Triathlon.

L'épreuve consiste en une nage en eau libre à la Baie des Citrons, au sein de la zone protégée par le filet et les bouées jaunes, de nuit.

4 épreuves sont proposées à travers 3 distances :

- Citron Pressé : un triangle de 200m pour les 8-11 ans
- Citron Vert : un triangle de 450m pour les 12 ans et +
- Citron Jaune : un triangle de 1.000m pour les 15 ans et +
- Mojito : course par élimination débutant avec la Citron Jaune puis la Citron Vert pour les 40 et enfin la Citron pressé

Les épreuves auront lieu le vendredi 20 juin 2025 à la Baie des Citrons de 18h à 20h15.

Epreuves

Citron Pressé (rouge) :

- Distance : 200m
- Parcours : triangle partant du poste de secours - bouée de gauche - bouée de droite - retour au poste de secours



Epreuves

Citron Vert :

- Distance : 450m
- Parcours : triangle partant du poste de secours - radeau de gauche - radeau de droite - retour au poste de secours



Epreuves

Citron Jaune :

- Distance : 1.000m
- Parcours : (quasi)triangle partant du poste de secours - bouée de gauche - bouée de droite- radeau de droite - retour au poste de secours



Epreuves

Mojito :

- Citron Jaune
- Si qualifié(e) à l'issue de la Citron Jaune, alors Citron Vert
- Si qualifié(e) à l'issue de la Citron Vert, alors Citron Pressé



Programme

	Citron Pressé	Citron Jaune	Citron Vert	Citron Pressé Finale de la Mojito
Catégorie d'âge	8-11 ans	15 ans et +	12 ans et +	
Emargement	17h-17h50	17h30-18h00	17h30-18h30	
Départ	18h	18h30	19h15	19h45
Récompenses	/	/	/	20h
Fin	18h15	19h10	19h40	

Coucher du soleil : 17h18

Illumination de la lune : 41.7%

Marée basse : 21h02 (0.65)

Récompenses

	Mojito
Classement	3 premiers
Catégories de genre	Hommes / Femmes
Catégories d'âge	Open (15-39 ans) / Masters (40 ans et +)
Récompenses	Des citrons et encore des citrons

Les autres épreuves se feront sans classement - les temps seront néanmoins disponibles sur inlive.

Règlement

Les épreuves Citron Pressé, Citron Vert et Citron Jaune sont sans classement.

Les participants doivent tout de même fournir à minima un Pass Loisir F.F.Triathlon, gratuit, à renseigner lors de l'inscription et à télécharger sur In Live. Une licence F.F.Triathlon ou F.F.Natation est également acceptée.

Le matériel d'aide à la flottaison (planche, pull buoy, combinaison...) et à la propulsion (palmes, paddles...) est autorisé.

Les plus jeunes participants doivent avoir au minimum 8 ans le jour de l'événement.

Pour les épreuves Citron Pressé et Citron Vert un parent accompagnateur peut effectuer la course avec son enfant. Un tarif spécial Famille est alors proposé.

Règlement

Pour l'épreuve Mojito, les nageurs doivent avoir au minimum 15 ans le jour de l'événement.

Aucun matériel ni combinaison ne sont autorisés.

Pour être classé, des documents sont à fournir obligatoirement :

- Soit être licencié à la F.F.Triathlon
- Soit être licencié à la F.F.Natation
- Soit présenter un Pass Compétition F.F.Triathlon à 5€ à prendre lors de l'inscription. Chaque concurrent est seul responsable des informations fournies.

Règlement

L'épreuve Mojito se déroule telle que :

- Tous les participants nagent la Citron Jaune. Départ 1min avant les participants sans classement.
- Les 20 premiers Open Femmes et Hommes ainsi que les 10 premiers Masters Femmes et Hommes de la Citron Jaune, soit un total de 60 nageurs, sont qualifiés pour nager la Citron Vert.
- Les 60 qualifiés nagent la Citron Vert. Départ 1min avant les participants sans classement.
- Les 10 premiers Open Femmes et Hommes ainsi que les 5 premiers Masters Femmes et Hommes de la Citron Vert, soit un total de 30 nageurs, sont qualifiés pour nager la Citron Pressé.
- Les 30 qualifiés jouent leur podium respectif sur cette dernière course.

Règlement

Obligation :

- Porter le bonnet de l'organisation tout au long de la course. Le bonnet est phosphorescent et permet ainsi de visualiser chaque nageur.
- 1 lumière étanche fournie par l'organisation doit obligatoirement être mise dans le bonnet à l'arrière du crâne.

Ces 2 points sont donc une question majeure de sécurité.

- Contourner les bouées lumineuses par la droite (laisser les bouées à sa gauche)

Interdiction :

- Perdre ou retirer le bonnet de sa tête avant l'arrivée
- Tourner avant les bouées lumineuses (passer à gauche des bouées)
- Refuser son aide à une personne en danger

Règlement

Tenue autorisée :

- Maillot de bain
- trifonction
- Maillot de bain de compétition certifié FFN eau libre
- Paire de lunettes ou masque et tuba
- Planche, pull buoy ou tout autre moyen de flottaison ou de propulsion (à l'exception de la monopalme, interdite)

Sont exclus pour la Mojito :

- Combinaison néoprène
- Tout matériel ou équipement aidant à la flottaison ou à la propulsion

Activité annexe

En guise d'échauffement, 1 séance d'aquagym en bord de plage, d'une dizaine de minutes et ouverte aux participants, sera organisée durant la Citron Pressé des enfants, juste avant le départ de la Citron Jaune.

Responsabilité

- L'organisation ne pourra pas être tenue pour responsable en cas d'accident survenu en dehors des limites fixées par le balisage.
- Le jour de l'épreuve, le directeur de course peut être amené à prendre toutes mesures qu'il juge opportunes afin d'assurer le bon fonctionnement de l'épreuve ainsi que la sécurité des concurrents et/ou des membres de l'organisation.
- Les concurrents acceptent de se soumettre aux décisions des commissaires de course, étant d'ores et déjà précisé que celles-ci sont sans appel.
- Responsabilité civile : L'association DYNAMIK est couverte par une police d'assurance Responsabilité Civile de la FFTRI.
- Individuelle accident : Les participants licenciés, ou ayant pris le Pass Compétition à la journée, bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence.
- L'organisation ne pourra pas être tenue pour responsable en cas d'accident ou de défaillance provoqués par un mauvais état de santé du concurrent, ou bien par un matériel ou un équipement défectueux auquel celui-ci aura eu recours.
- L'organisation ne pourra être tenue pour responsable en cas de perte ou de vol de matériel appartenant aux concurrents.
- L'inscription ainsi que l'émargement précédent les épreuves vaut acceptation de ce règlement de course.
- La réglementation générale qui régit l'événement est celle de la Fédération Française de Triathlon (FFTRI).

Inscriptions et tarifs

	Citron Pressé	Citron Vert	Citron Jaune	Mojito
Inscriptions	www.inlive.nc			
Date limite des inscriptions	Jeudi 19/05/2025 à 23h59			
Inclus dans le tarif	1 bonnet phosphorescent rouge/vert/jaune/bleu			
Tarif	500 XPF Pass Famille 1.000 XPF	1.000 XPF Pass Famille 1.500 XPF	2.000 XPF	2.500 XPF (+ 5€ si Pass Compétition)
Remboursement	sur certificat médical uniquement			
Annulation Aucun remboursement en cas de report de l'événement - Remboursement (moins la part in Live) en cas d'annulation de l'événement				

Droit à l'image

Chaque concurrent autorise l'organisation à utiliser toutes les images sur lesquelles il pourrait être identifié, dans le cadre des documents promotionnels et publicitaires nécessaires suite à l'événement et pour les années suivantes.

Contacts utiles

Mail

infos.dynamik@gmail.com

Facebook

[Dynamik NC](#)

