



10 KM



Bonjour à tous et à toutes, merci de votre présence pour cette 91^{ème} traversée du lac d'Annecy organisée par les Dauphins d'Annecy.

Merci de votre attention, nous allons vous donner quelques informations pour le bon déroulement de votre course.

Départ

Le départ sera au petit port d'Annecy le vieux. Il se fera dans l'eau, en une seule vague et vous sera donné à la corne de brume à 7h45.

Les nageurs devront porter la bouée de sécurité (non gonflée) pour prendre le départ.

Parcours

Vous partez tout droit en direction du roc de Chère qui longe à distance la rive du lac. Arrivée à la bouée de virage rouge, vous devez la contourner du côté de votre épaule gauche pour ensuite revenir à la deuxième bouée de virage rouge qui se trouvera proche de départ, il faudra la contourner du côté de votre épaule gauche pour une dernière ligne droite d'environ 2km avant de trouver légèrement sur votre gauche le porche d'arrivée.

Vous pouvez utiliser pour vous orienter sur cette dernière partie le grand bandeau orange fluo posé à droite de l'entonnoir d'arrivée.

En arrivant, vous devez laisser l'île au cygne sur votre gauche et apercevoir le porche d'arrivée.

!! ATTENTION !! Surtout ne visez pas le château.

A titre indicatif, pour vous guider il y aura 2 voiliers avec des banderoles fluo verticales.

!! Attention !! La 5km partage le même itinéraire que vous à partir du 2^{ème} ravito. Il sera donné après que soient passés la majorité des nageurs de la 10km.

Ravitos

Un premier ravito est à votre disposition sur la première ligne droite à environ 2,5km sur un ponton visible avec des ballons et un deuxième au retour au même endroit.

Pour rejoindre les ravitos, il faudra vous écarter un peu de votre direction (vers la gauche à l'allée et vers la droite au retour).

!!Attention !! Une ligne d'eau sera située à quelques mètres du ponton mais vous pourrez tout de même accéder à la zone de ravitaillement sans devoir passer dessous. Le début et la fin de la ligne sera matérialisée par des ballons.

Merci de ne rien jeter à l'eau au moment des ravitos !

Règles

Soyez vigilant à 2 éléments du règlement à respecter scrupuleusement :

- Ne pas marcher avant d'avoir franchie l'arrivée **sous peine d'être disqualifié**
- Taper bien la banderole d'arrivée avec le bras porteur de la puce sinon vous n'aurez pas votre chrono

Sécurité

Pour votre sécurité, vous serez encadrés par des bateaux avec sauveteurs et médecin.

Un kayakiste ouvreuse sera présent pour vous indiquer la bonne trajectoire à suivre.

En cas de difficultés, n'hésitez pas à faire appel à l'une de nos embarcations reconnaissables avec des ballons. La direction de course peut interrompre votre course selon l'appréciation de votre état.

BONNE TRAVERSEE à TOUS !!