



# Règlement Flot and Run

Touskiflot Sept 26

[Article 1 : OBJET DE L'ANIMATION SPORTIVE](#)

[Article 2 : DEROULEMENT DE LA COURSE](#)

[Article 3 : INSCRIPTIONS](#)

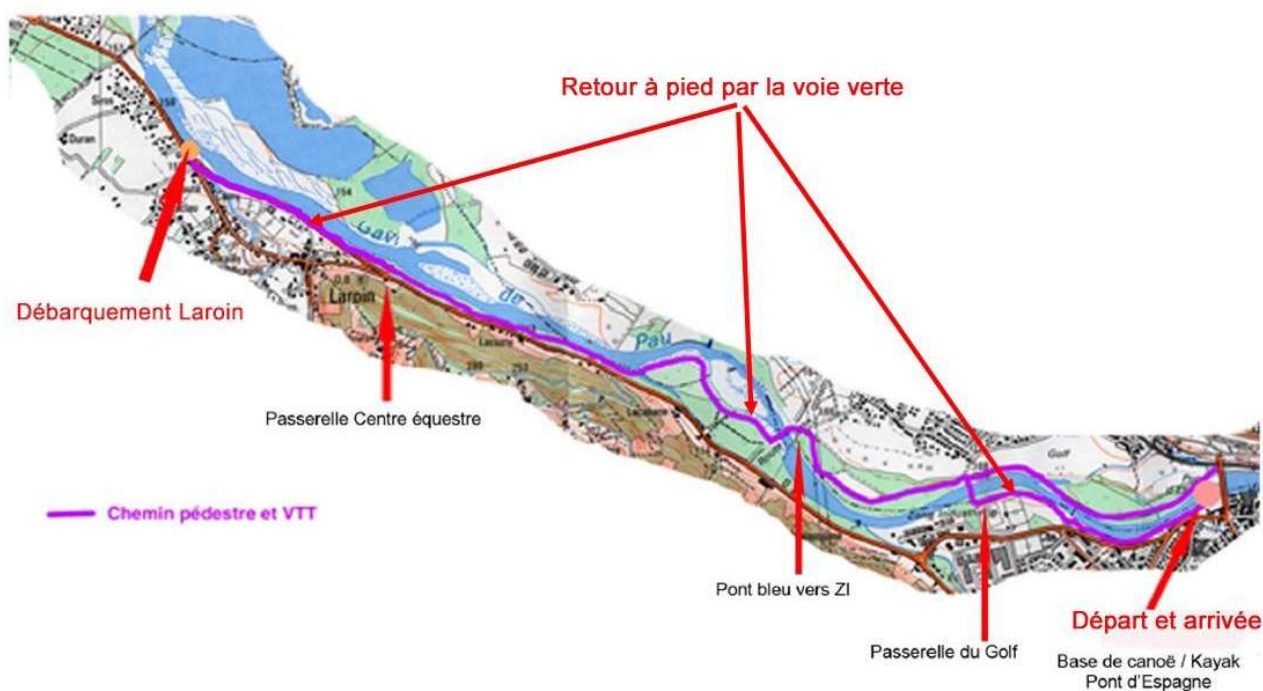
[Article 4 : LE MATÉRIEL](#)

[Article 5 : LA SÉCURITÉ](#)

[Article 6 : ASSURANCE](#)

[Article 7 : FORFAIT, REPORT, ANNULATION](#)

[Article 8 : DIVERS](#)



## **Article 1: OBJET DE L'ANIMATION SPORTIVE**

Dans le cadre du collectif d'organisation (Pau Canoë Kayak Club Universitaire, MJC des fleurs Pau Saragosse, et Maison Pour Tous Léo Lagrange) de la 24ème édition de TOUSKIFLOT, une animation sportive dénommée "Flot and Run" est proposée. Elle consiste à une descente en canoë ou en kayak de la base d'eaux vives du pont d'Espagne à Laroin avec retour à pied en marchant ou en courant par la voie verte.

### **Dates :**

- 6 septembre 2026

### **Parcours :**

- parcours non chronométré
- aller de la base du pont d'Espagne à Jurançon jusqu'à Laroin en bateau
- retour à pied en marchant ou en courant de Laroin jusqu'à la base du pont d'Espagne par la voie verte
- durée : 1h30 à 2h
- distance aller-retour : 12 kilomètres

### **Horaires :**

#### **Samedi 5 septembre**

- **de 14h00 à 17h00 : remise des dossards et vérification des dossiers d'inscription** (formulaire d'assurance à remplir et attestation de nage en ligne dans le mail de confirmation d'inscription pour les non adhérents au club)

#### **Dimanche 6 septembre**

- **de 8h00 à 9h00 : distribution du matériel et équipement pour les participants ayant récupéré leur dossard**
- 9h00 : briefing et échauffement
- 9h30 : embarquement sur le bassin
- 10h00 : départ en aval du rapide après le club, sur la plage de galets rive droite

### **Public concerné :**

- ouvert à toutes et tous à partir de 14 ans



## **Article 2 : DEROULEMENT DE LA COURSE**

### **Départ**

- L'organisation effectuée avant la mise à l'eau un contrôle du matériel de sécurité
- La mise à l'eau des embarcations se fera à la base d'eaux vives du pont d'Espagne de manière individuelle.
- Le franchissement du premier obstacle se fera de manière sécurisée hors course.
- Les bateaux seront regroupés sur la plage à droite après le premier rapide.
- Le départ sera donné, une fois tous les bateaux disposés dans la zone délimitée.
- Les participants se tiendront hors du bateau et attendent le signal de départ pour embarquer

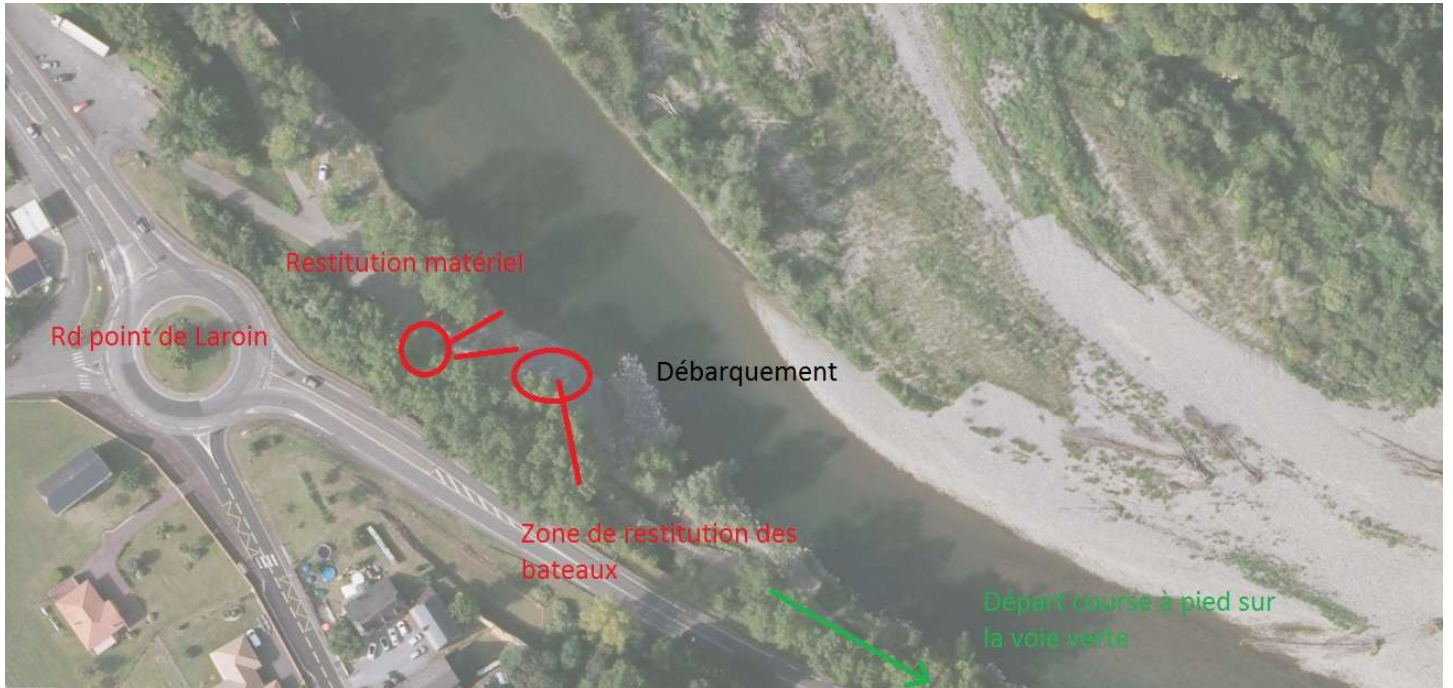


### **Parcours nautique**

- Le parcours nautique de la course ne présente aucune difficulté particulière

### **Arrivée Nautique**

- Le débarquement à Laroin se fait rive gauche au niveau des panneaux mis en place.
- Les participants devront déposer les bateaux dans la première zone à l'arrivée (les bateaux seront pris en charge et ramenés au club par des bénévoles).
- Puis, les participants se dirigent dans l'entonnoir au bout duquel ils déposent le matériel nautique (gilet, pagaie, jupe)
- **Ce n'est qu'une fois tout le matériel restitué auprès d'un organisateur (vérification dossard matériel) que le départ de la course à pied sera possible**



### Course à pied

- Un ravitaillement est prévu au départ de la course à pied
- La course à pied se déroule en intégralité sur la voie verte, sans passage sur les voies motorisées
- L'arrivée se fait au club PCKCU (au niveau du départ de la course nautique).
- Les dossards seront collectés par ordre d'arrivée, un lot récompense les 1er de chaque catégorie :
  - Solo homme
  - Solo femme
  - Duo

### Article 3 : INSCRIPTIONS

Les inscriptions sont obligatoires via le site Pyrenees chrono

Elles sont ouvertes à partir du **1 juillet 26 et jusqu'au 31 août 2026** sur

<https://pyreneeschrono.fr/evenement/flot-n-run/>

Le paiement en ligne des droits d'inscriptions est obligatoire pour valider celle-ci.

Le nombre de participants est limité à 80.

Les droits d'inscription sont, par participant :

- 15 € (avec ou sans matériel)
- Les conditions d'inscription sont d'être âgé de plus de 14 ans et d'attester savoir nager 50 mètres.

Les mineurs du Pau Canoë-Kayak Club Universitaire peuvent naviguer seuls; les mineurs du grand public doivent être accompagnés par un responsable majeur sur un bateau 2 places.



## **Article 4 : LE MATÉRIEL**

Le matériel de navigation personnel est accepté à condition qu'il corresponde aux normes de sécurité FFCK.

Pour le grand public non autonome, seront mis à disposition et compris dans le prix des inscriptions:

- gilets et pagaies
- 20 canoës deux places
- 13 kayaks une place moins de 70kg
- 10 gonflables une place dont 4 moins de 60 kg
- 6 gonflables deux places

Le prêt de bidons étanches n'est pas prévu. Une consigne sera prévue au départ pour les clés de voiture...

Chaque participant doit prévoir une tenue de navigation qui soit en adéquation avec le retour à pied (chaussures fermées type basket; tee-shirt, short). Il n'y a pas d'affaire de change prévu à Laroin.

Chaque participant sera responsable de la restitution du matériel de prêt au débarquement à Laroin avant le départ du parcours à pied. Le départ pour l'épreuve de la course à pied ne sera autorisé qu'après restitution auprès des organisateurs du matériel prêté. De même, le retour du matériel personnel au club sera assuré par des bénévoles. Le gilet, la jupe et le casque devront être attachés ensemble avec la sangle du casque. Les organisateurs déclinent toutes responsabilités en cas de vol, de bris de matériel et de dégradations. Il est préconisé de marquer son matériel.

## **Article 5 : LA SÉCURITÉ**

- Des consignes seront données par l'organisation en fonction des conditions météorologiques, du débit du Gave de Pau, ou de danger particulier.
- Chaque participant se doit de porter secours et assistance à toute personne en difficulté.
- Des bénévoles seront postés aux passages délicats pour assurer la sécurité.
- Pendant toute la descente, le port d'un gilet de sécurité et de chaussures fermées type basket sont obligatoires.
- Pendant la durée de l'animation, l'organisation sera présente sur le parcours, au débarquement de Laroin et jusqu'à l'arrivée du dernier participant à la base du pont d'Espagne. La participation au briefing de départ est obligatoire.
- Pendant le parcours à pied, la circulation s'effectuera en intégralité sur les voies piétonnes.

## **Article 6 : ASSURANCE**

L'organisation de TOUSKIFLOT assure l'ensemble de la manifestation auprès de la MAIF (responsabilité civile). Une copie de contrat vous sera adressée sur demande.

Pour le grand public, une assurance journalière est comprise dans le prix de l'inscription.

**L'inscription à la course ne sera effective qu'à réception du formulaire d'assurance dûment rempli. Celui-ci est obligatoire et se trouvera dans le mail de confirmation**



## **Article 7 : FORFAIT, REPORT, ANNULATION**

Si un participant déclare forfait, les droits d'inscriptions ne sont pas remboursés.

L'organisation peut annuler et ou reporter la manifestation en cas de force majeure ; dans ce cas aucune indemnité ne sera attribuée aux participants.

## **Article 8 : DIVERS**

- En cas de non-respect du règlement, l'organisation se réserve le droit d'interdire et d'exclure tout participant.
- Si nous constatons des conditions de sécurité insuffisantes à la pratique de l'eau vive, l'accès sur le parcours pourra être refusé.
- Tous les participants s'engagent à renoncer à leur droit à l'image.

Pour tous renseignements complémentaires n'hésitez pas à nous contacter :

[touskiflot@pau-ck.org](mailto:touskiflot@pau-ck.org)

Stephanie Vidal : 06 22 40 97 08

Olivier Recazens : 06 33 46 45 67

