

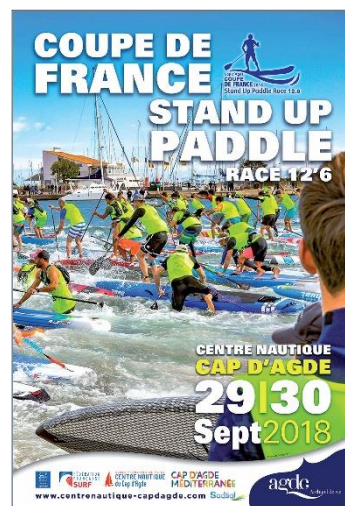
## Cap d'Agde : Coupe de France de stand up paddle des 29 et 30 septembre 2018 : un week-end ouvert à tous !

Le Cap d'Agde accueille, les samedi 29 et dimanche 30 septembre 2018, la 4<sup>ème</sup> étape de la Coupe de France de stand up paddle 12'6 (3,81 m), ultime épreuve de qualification au Championnat de France 2018.

Elle est organisée, sous l'égide de la Fédération Française de Surf, par la SODEAL et son Centre Nautique, première et seule structure en Méditerranée à avoir obtenu le label national « Ecole Française de stand up paddle » (EFSUP).

Si cette épreuve fédérale attend les meilleurs compétiteurs du moment du Grand Sud, ce week-end sera également sportif et ludique pour le grand public, quel que soit son niveau et son âge : il pourra s'essayer gratuitement à de l'initiation, participer à des battles, des courses, des défis, seul ou en équipe, en famille ou entre amis, à chacun de choisir sa formule !

Pour tout cela, un seul lieu de rendez-vous : autour du « Surfing Village », installé à côté du point plage « O'Spot » du Centre Nautique, plage Richelieu Est.



Dans le cadre du label France Station Nautique\*\*\*, il va y avoir du sport sur la plage Richelieu ! Cet événement de stand up paddle tiendra toutes ses promesses, tant côté compétition officielle que côté du public qui aura toutes les occasions de pratiquer cette discipline de façon ludique et variée, sans obligation de licence.

### Le programme des 29 et 30 septembre 2018 :

#### CÔTÉ ACTIVITÉS POUR LE PUBLIC

##### Samedi 29 et dimanche 30 septembre :

- **10h-17h** : C'est le fil conducteur du week-end : **initiations au stand up paddle gratuites** et encadrées par des moniteurs du Centre Nautique, labélisé Ecole Française de stand up paddle. Sans rendez-vous ni contrainte, il suffit de se présenter directement sur la plage Richelieu pour se faire prêter matériel et combinaison, et c'est parti pour son premier coup de rame.



Pour ceux qui souhaitent des flotteurs plus techniques, les exposants du « Surfing Village » proposent des tests de matériel.

En parallèle, le Centre Nautique offre également une **initiation sur pirogue** monoplace, accompagné par l'Association « Agde Va'a » qui organise des baptêmes de pirogue à 6 places.

## Samedi 29 septembre :

- **10h30 à 12h30 : Sprints battles chronométrées** ouvertes au public tout niveau.

Flotteurs et pagaies identiques sont fournis à tous les participants, donnant ainsi les mêmes chances à chacun au départ.

Le principe est simple : au départ de la plage Richelieu, cette course amicale chronométrée se joue individuellement avec 1 aller-retour (2 x 100 m) autour d'une bouée. Le meilleur chrono de chaque sprint est retenu, et les phases qualificatives mèneront aux ¼ et ½ finales, ainsi qu'à la finale qui désignera le grand gagnant du jour.

Ces sprints, visuels et ludiques, seront commentés et encouragés par le public qui se tiendra au plus près des compétiteurs pour les soutenir.

Participation gratuite, sur inscription préalable ou sur place

Podium à la fin des battles au « Surfing Village »

**14h30 à 15h 30 : Course SUP Race Kids.** Sur le même principe que la course officielle, cette Technical Race Open chronométrée s'adresse aux moins de 15 ans, sur un parcours balisé avec des bouées et dont la distance sera adaptée en fonction des conditions météo.

Chacun peut venir avec son matériel (prêt possible sur demande, dans la limite du stock disponible).

Podium à la fin de la course au « Surfing Village »

- **17h à 18h30 : Défi des « Big Mama ».** Autre support à découvrir, autre ambiance ! Entre l'initiation, le parcours sportif et l'épreuve ludique, ces paddles géants gonflables accueillent des équipes de 4 à 6 personnes. C'est le moment d'appeler ses amis ou sa famille en renfort...

Le plus dur sera peut-être de garder son sérieux pour pouvoir s'organiser au mieux sur ce grand flotteur et venir ainsi à bout d'un parcours autour de bouées pour une arrivée sur la plage.

Podium à la fin du défi au « Surfing Village »



## Dimanche 30 septembre 2018 :

- **A partir de 14h : relais 3 x 500 m par équipe de 3**, composé au minimum d'une féminine. Un seul départ pour ce parcours autour d'une bouée sur des SUP 12'6 maxi. Chacun peut venir avec son matériel (prêt possible sur demande, dans la limite du stock disponible). La pagaie sert de témoin, et le classement se fera en équipe.

Podium à la fin du relais du « Surfing Village »

## CÔTÉ COMPÉTITION SPORTIVE

**2 temps forts rythmeront** cette épreuve nationale, 4<sup>ème</sup> étape de la **Coupe de France de stand up paddle race 12'6** (3,81 m) :

- la « **Technical Race** », parcours technique composé de 2 à 3 boucles d'environ 2 km – soit 6 km au total – avec passage sur la plage à chaque boucle, sous les yeux du public au plus près de la compétition ;
- la « **Longue Distance** », course généralement avec de grandes lignes droites vent dans le dos (downwind) d'environ 12 km, ralliant le Cap d'Agde à la cité d'Agde, après avoir contourné le Fort de Brescou, puis remonté le fleuve Hérault pour arriver au pied de la Cathédrale dans le centre historique. Ou dans le sens inverse suivant la météo.



## Samedi 29 septembre :

- **8h-10h30** : accueil des concurrents au point « O'Spot » du Centre Nautique : inscriptions et retrait des dossards et bracelets chrono pour les épreuves officielles de la Coupe de France
- **14h** : Briefing course pour les concurrents de la Technical Race
- **15h30** : départ de la **Technical Race 12'6 – Epreuve officielle de la Coupe de France**
- **15h35** : départ de la **Technical Race 14' – Epreuve Open**
- **19h00** : remise des prix de la Technical Race sur le podium du « Surfing Village »

## Dimanche 30 septembre 2018 :

- **8h30-10h** : confirmation des inscriptions
- **10h30** : briefing course pour les concurrents Longue Distance
- **11h** : départ de la **Coupe de France – Longue Distance 12'6 Hommes / Femmes** et départ de course LD Open 14'. Parcours entre 12 et 14 km  
Départ ou arrivée Plage Richelieu Est – Cathédrale d'Agde.
- **15h30** : remise des prix de la Coupe de France sur le podium du « Surfing Village »

## Informations pour le public :

Centre Nautique du Cap d'Agde





Tél. : 04.67.01.46.46

<https://fr-fr.facebook.com/centrenautiquecapdagde/>

<http://centrenautique-capdagde.com/stand-up-paddle-race-2018/>



Contact Presse : Laurence RICHARD  
Tél. : 04.67.01.03.84 / 06.12.70.69.68  
[richard@capdagde.com](mailto:richard@capdagde.com)

Retrouvez-nous sur    

#capdagdemediterranee

**CAP D'AGDE**  
**MÉDITERRANÉE**  
**TOURISME**

[www.capdagde.com](http://www.capdagde.com)

ADISSAN • AGDE • AUMES • BESSAN • CASTELNAU-DE-GUERS • CAUX • CAZOULS-D'HÉRAULT • FLORENSAC • LÉZIGNAN-LA-CÈBE • MONTAGNAC • NÉZIGNAN-L'ÉVÊQUE • NIZAS • PÉZENAS • PINET • POMÉROLS • PORTIRAGNES • SAINT-PONS-DE-MAUCHIENS • SAINT-THIBÉRY • TOURBES • VIAS •

