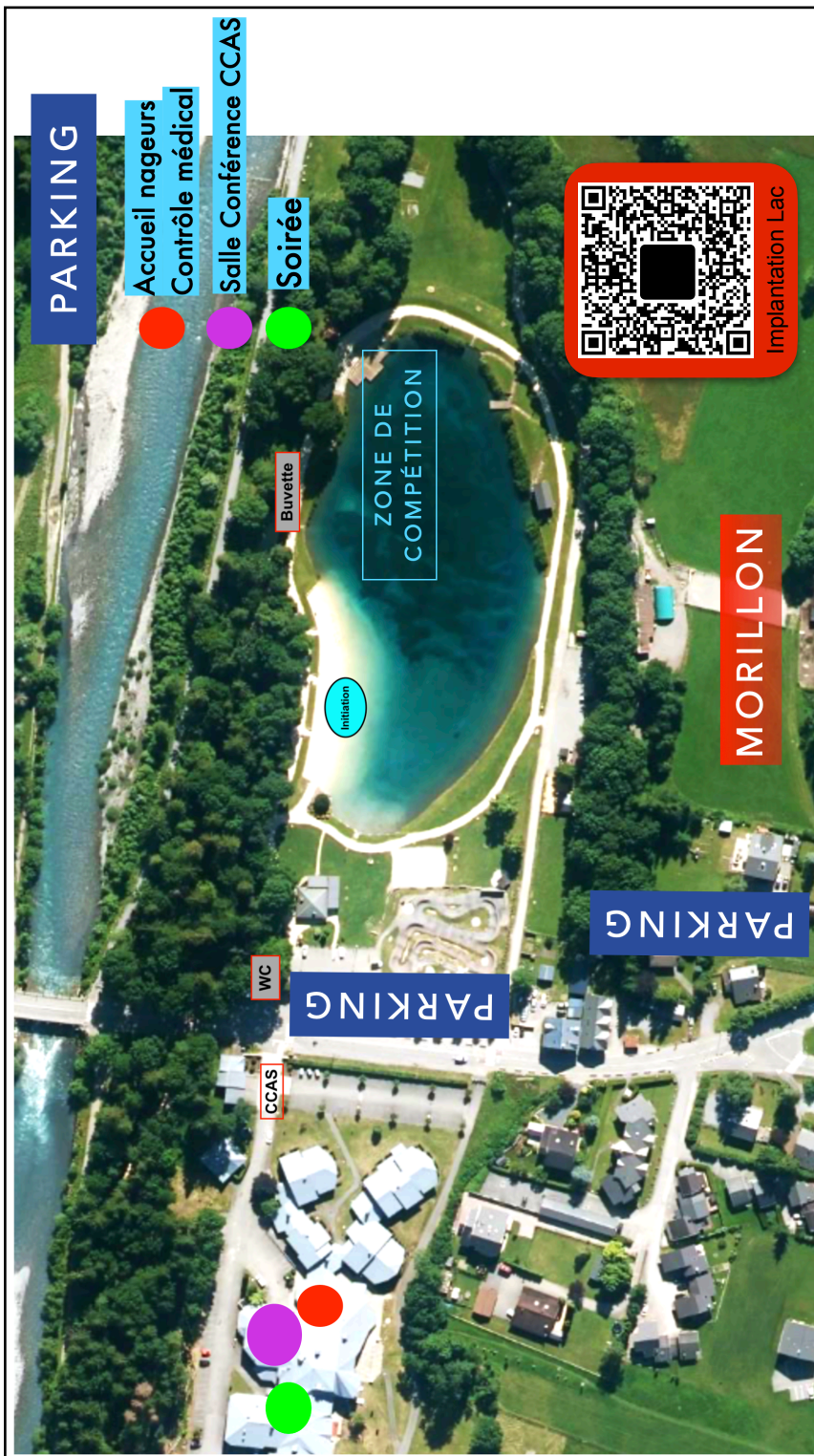




Ne pas jeter sur la voie publique

DÉFI DU LAC BLEU

3ÈME ÉDITION

UNE COMPÉTITION DE NATATION EN EAU FROIDE

28 & 29 MARS

REPAS KARAOKÉ LE SAMEDI SOIR !

50 m - 100 m - 150 m - 250 m - 500 m - 700 m - 1 000 m
RELAIS 4 X 50 m - 4 X 150 m
INITIATIONS À LA Baignade en eau froide

WWW.DEFILACBLEU.FR

ORGANISÉ PAR

Village vacances de MORILLON activités sociales

haute savoie le Département

NOS PARTENAIRES OFFICIELS

Pour sa 3^e édition, l'équipe du CNSR Cluses est heureuse de vous accueillir au bord du Lac Bleu, à Morillon pour un week-end sportif et convivial.

Au programme : deux jours de compétition durant lesquels vous pourrez vous mesurer, en individuel ou en équipe, sur des distances allant de **50 à 1000 mètres**.

Vous êtes particulièrement nombreux cette année à vous être engagés sur plusieurs courses, et nous vous en félicitons ! Afin de permettre à chacun de profiter pleinement de l'événement, le programme a donc été légèrement ajusté et rallongé.

Tout au long du week-end, vous pourrez vous restaurer à la buvette tenue par le CNSR Cluses. Des animations ainsi que différents stands d'exposants seront également installés autour du lac : n'hésitez pas à aller à leur rencontre !

✨ **Nouveauté 2026** : De magnifiques spas installés face au lac, vous permettront de profiter d'un moment de récupération et de détente avec une vue imprenable sur le Lac Bleu !

Le samedi soir, nous vous proposons une soirée Lasagne, karaoké pour vous inscrire rendez-vous sur la page Internet, du défi du lac avant le 11/03

Repas complet : Kir d'accueil, Lasagne ou lasagne végétarienne, salade verte, tarte aux pommes et café
Samedi soir à partir de 19 h 45

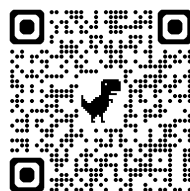
Tarif : 25 € / 15 € (enfant < 10 ans)



Règlement important :

- **Chaque nageur devra être muni d'une ceinture.**
- Les accréditations seront remises après vérification du dossier médical, à la du CCAS de Morillon
- Pour les courses de 500 m, 700 m et 1000 m, le contrôle médical est obligatoire. **Chaque nageur doit être accompagné d'un chaperon identifié, portant un gilet jaune**, qui le suivra sur la berge avec ses affaires personnelles (chaussures, vêtements, etc.).
- Le départ sera donné conformément aux règles de la nage hivernale.

Explication
vidéo parcours



Procédure de
départ



Programme du samedi 28 mars :

- **7h30 - 9h00** : Réception des accréditations et vérification des dossiers médicaux
- **9h00 - 9h30** : Briefing des participants
- **10h00** : Début des épreuves
- **12h00** : Remise des prix pour les épreuves du matin
- **13h** : Début des épreuves de l'après midi, Parade club
- **16h30** : Podium des courses de l'après midi
- **17h15 - 18h45** : Conférence
- **19h - 19h30** : Épreuve nocturne — bouée de nage avec lumière obligatoire
- **19h45** : Début de la soirée festive

Catégories

18/30 ans
31/40 ans
41/50 ans
51/60 ans
+60 ans

Programme du dimanche 29 mars :

- **7h30 - 9h00** : Réception des accréditations et vérification des dossiers médicaux
- **9h00 - 9h30** : Briefing des participants
- **10h00** : Début des épreuves
- **15h30** : Remise des Récompense

Nocturne — 19h à 19h30 départ depuis la plage

La baignade nocturne est réservée uniquement aux nageurs accrédités participant au défi du lac bleu. Chaque nageur devra obligatoirement être muni d'une bouée lumineuse afin de rester bien visible sur le plan d'eau.

Veuillez noter qu'il ne sera pas possible d'accéder aux saunas ou aux spas. Pensez à surveiller votre temps passé dans l'eau en fonction de vos capacités.

Cette animation n'est pas une compétition, mais un moment de convivialité et de partage. Restez attentifs pour éviter d'éventuelles collisions entre nageurs.

Profitez bien de cette expérience unique !

Retrouvez tous les
résultats en live
sur le live FFN



Nous avons fait de notre mieux pour planifier cette compétition. Cependant, les horaires sont susceptibles d'être ajustés en fonction du déroulement de la journée.