

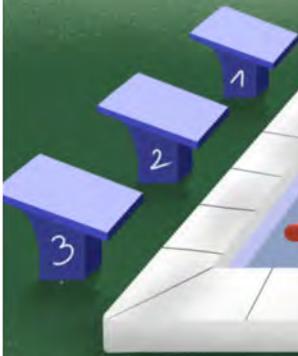
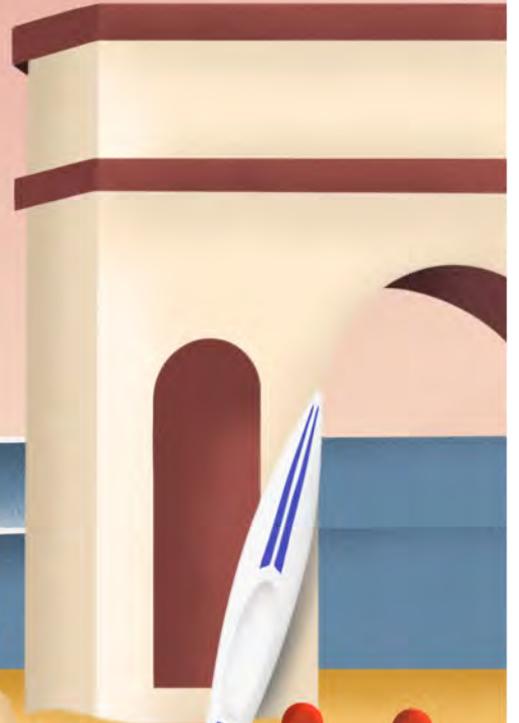
2025

FRENCH RESCUE

Compétition de Sauvetage sportif



PAR LA FFSS



Mai
29-30
Montpellier
Piscine angelotti

Mai **31-01** Juin
Grau-du-roi
Plage rive droite

Sommaire

10-15

Région et lieux

- *La région Occitanie*
- *Le Grau-du-Roi*
- *Montpellier*

04

Éditos

- *Christian POUTRIQUET*
- *Olivier JAMANN*
- *François MIGAYROU*

16-19

Clubs organisateurs

- *APASS*
- *Aqualove Sauvetage*

20-25

French Rescue

- *Informations*
- *Règlement*
- *Éco-responsable*

26

Programme

- *Eau plate - Montpellier*
- *Côtier - Grau du roi*

28-31

Plans

- *Plans eau-plate*
- *Plans côtier*

32-35

Infos + Restauration

- *Durant l'évènement*
- *Lunch and more Montpellier*
- *Restauration Grau-du-Roi*

42

Location matériel

- *OceanPerf*

38

Hébergements

- *Montpellier*
- *Le Grau-du-roi*

Édito du Président

Christian Poutriquet

Mots du président de la FFSS

Une nouvelle édition de la « FRENCH RESCUE » se déroulera pour la seconde année du 29 et 30 avril 2025 piscine Montpellier (épreuves d'eau plate) et du 31 avril et 1er juin 2025 plage du Nord au Grau-du-Roi (épreuves côtières)

La fédération peut compter sur la parfaite organisation de cette compétition par l'Association Aqualove sauvetage » pour la partie eau plate et l'Association Prévention Action Sport Secourisme (APASS).

Nous sommes assurés de la compétence, la gentillesse et l'efficacité de leurs bénévoles, de leurs secouristes, de leurs plongeurs, fédérés par leurs Présidents, François MIGAYROU (Aqualove sauvetage) et Olivier JAMANN (APASS) qui associés à l'expertise des juges et officiels de la Fédération permettront à plus de 350 compétiteurs de trouver des conditions optimales

Nous savons l'importance de cette manifestation internationale car elle permet de déterminer les sportifs sélectionnés en équipe de France A et A'

Un grand merci par avance aux municipalités et aux personnels des services municipaux de Montpellier et du Grau du Roi pour la mise à disposition des installations et de divers matériels

Mes chaleureux remerciements iront aussi à l'ensemble de nos partenaires institutionnels et associatifs tels que la ville du Grau du Roi, le Conseil Départemental du Gard, Montpellier Métropole, la ville de Montpellier, le Conseil Régional d'Occitanie, la Ligue FFSS d'Occitanie, les comités départementaux FFSS du Gard et de l'Hérault sans lesquels un tel évènement ne pourrait se dérouler brillamment.

A très bientôt.



FRENCH
RESCUE



Édito du Président

Olivier Jamann

Président de l'APASS

Un évènement qui fait rayonner notre territoire grâce à un engagement sans faille

Notre association se développe depuis plus de 10 ans, portée par l'engagement indéfectible de ses bénévoles et soutenue par des partenaires fidèles. Depuis 8 ans, nous avons la chance de bénéficier d'un local sur la plage grâce à la commune de Le Grau-du-Roi, et depuis l'an dernier d'une salle de formation pour structurer nos actions.

En 2023, notre territoire a connu un tournant décisif avec l'accueil des Championnats du Monde Militaire de Sauvetage et de la French Rescue. Ces événements d'envergure ont permis à notre département de démontrer son savoir-faire en matière d'organisation, d'accueil et de promotion du sauvetage sportif. Au-delà de la performance, c'est un véritable esprit familial que nous avons souhaité insuffler, un accueil chaleureux et humain qui a marqué les participants et renforcé notre visibilité à l'échelle nationale et internationale. Cet héritage nous encourage aujourd'hui à poursuivre notre engagement dans le développement du sauvetage sportif.

Dans cette continuité, 2025 marque un tournant important avec une nouvelle édition de la French Rescue. Plus qu'une compétition, c'est un moment fort pour la vie du département, porté par des bénévoles qui, une fois encore, répondent présents avec passion et dévouement. Leur engagement est bien plus qu'un simple rouage de l'événement : il est la face émergée de la vie associative, reflet des valeurs essentielles de la FFSS, à savoir engagement et solidarité.

Depuis plusieurs années, nous insufflons sur le territoire une dynamique socio-sportive forte, qui va bien au-delà de la compétition. Sauvetage, citoyenneté, secours, fraternité : ces valeurs guident nos actions et donnent du sens à notre engagement. À travers des interventions dans les écoles primaires et collèges, nous sensibilisons les jeunes aux gestes qui sauvent, au sauvetage sportif, à la prévention des risques en milieu aquatique et à l'importance du vivre-ensemble. Cet engagement éducatif permet non seulement de former les citoyens de demain, mais aussi de favoriser l'inclusion sociale par le sport et de renforcer le lien entre la jeunesse et son territoire.

Enfin, la French Rescue est aussi une mise en lumière de notre territoire. Grâce à la mobilisation de la ville de Le Grau-du-Roi et de nos partenaires, les participants auront l'opportunité de découvrir l'authenticité de notre littoral, ses traditions et sa culture, entre démonstrations de joutes, folklore camarguais et spécialités culinaires locales.

C'est donc avec un immense plaisir que nous vous accueillerons pour cette édition, dans les meilleures conditions, afin que athlètes, bénévoles et équipes profitent pleinement de notre belle côte camarguaise.



PHARE DU
GRAU-DU-ROI



Édito du président

François Migayrou

Président d'Aqualove Sauvetage

Sauveteuses, sauveteurs,

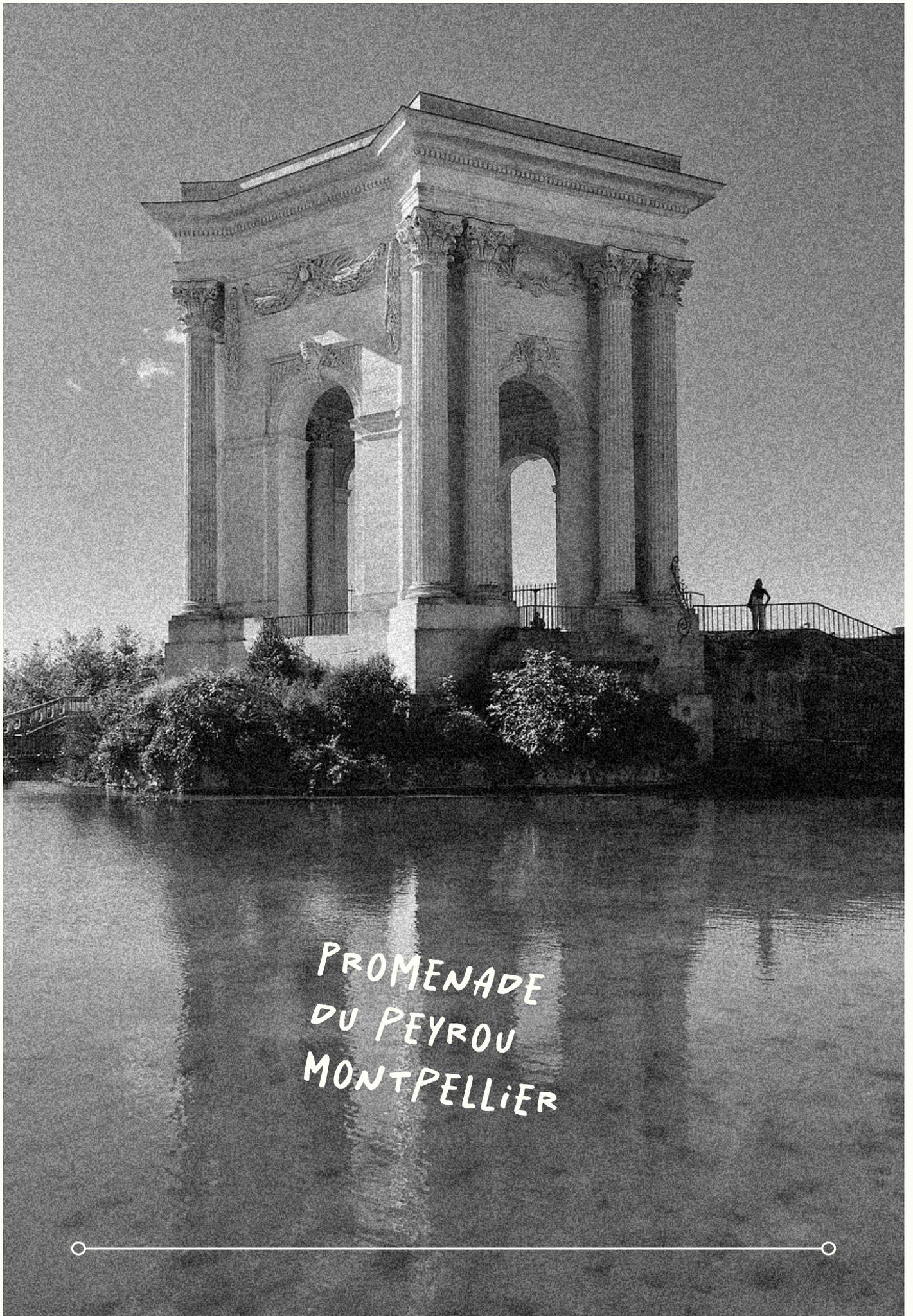
Nous voilà de nouveau bientôt réunis par la FFSS pour la rencontre 2025 de la French Rescue en Méditerranée.

Pour la 2nde année consécutive, toute l'équipe du Club Aqualove Sauvetage est heureuse de vous y accueillir pour les épreuves d'eau plate, dans ce magnifique équipement qu'est la Piscine Olympique Angelotti (POA), à nouveau confiée par Montpellier Méditerranée Métropole.

Nous remercions une nouvelle fois très chaleureusement tous les maillons de la réussite de cet événement sportif de printemps, que sont les indispensables bénévoles, salariés, secouristes, officiels, plongeurs et partenaires impliqués.

Excellente compétition, et à vous de nager !





PROMENADE
DU PEYROU
MONTPELLIER

La région occitanie

Contexte géographique

PYRÉNÉES-MÉDITERRANÉE

Si vous aimez la plage et tout autant la nature, si vous adorez les vieilles pierres ou préférez les jolies villes, si vous êtes gourmands et curieux : alors, bienvenue en Occitanie



72 724 km²

Troisième plus vaste région de France avec ses 72 724 km², notre région en possède tous les trésors, les charmes, les goûts.

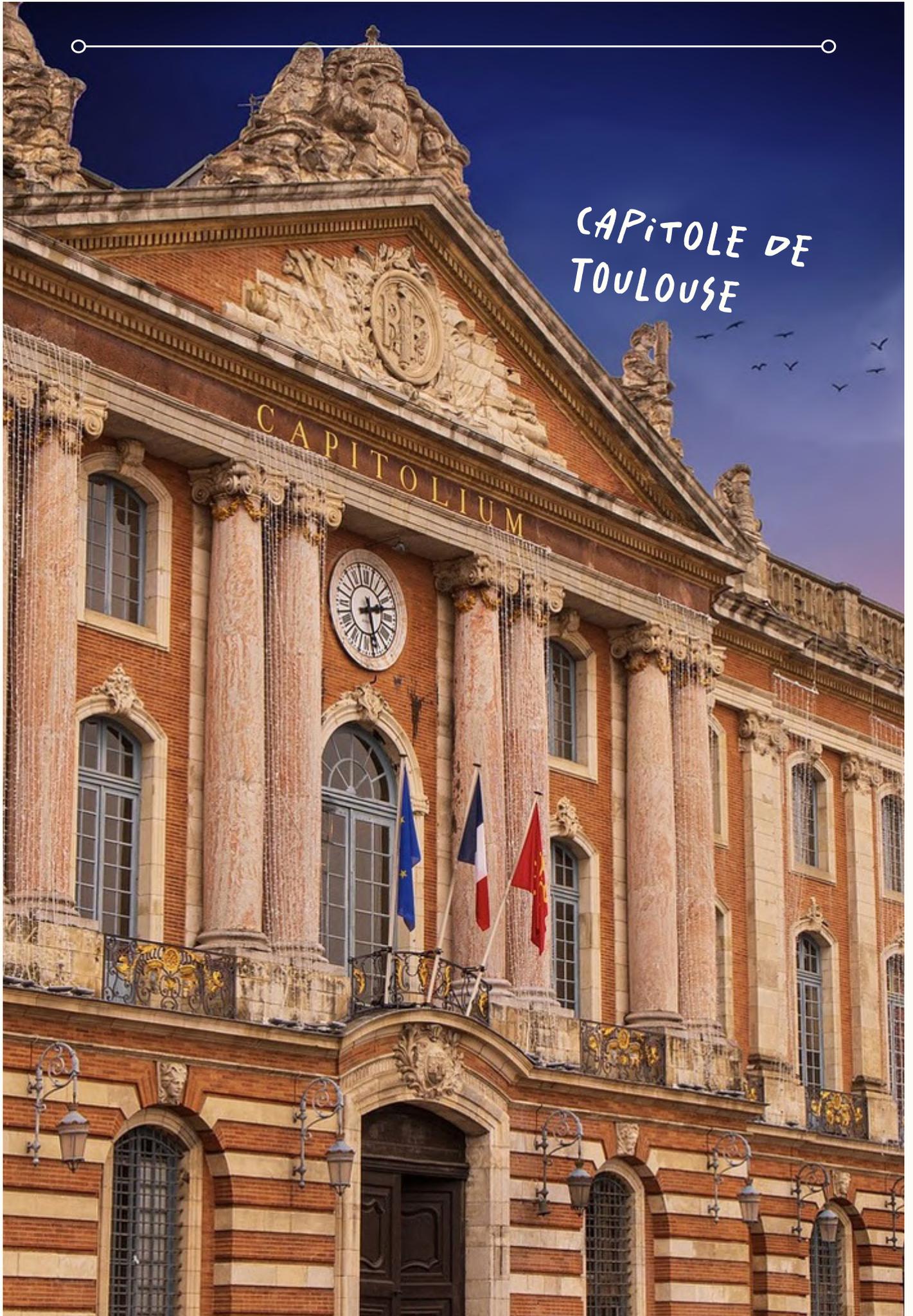


Ici, vous aurez la montagne dans toute sa splendeur, les plages et espaces naturels préservés, des villes et villages de caractère et une gastronomie portée par des produits nobles.

Avec en plus la douceur de vivre, le «savoir prendre son temps», et l'authenticité des gens qui vous accueillent en nos nombreux territoires.

Découvrez la région Occitanie via ce [lien vidéo](#) :

[Destination Occitanie](#)



CAPITOLE DE
TOULOUSE

CAPITOLIUM

Les lieux de la compétition : Montpellier



29 AU 30 MAI,
PISCINE ANGELOTTI

Montpellier

29 AU 30 MAI,
PISCINE ANGELOTTI

7ème ville de France, terre du Sud, ville de trésors patrimoniaux et contemporains, Montpellier est un carrefour méditerranéen, une destination de caractère et d'exception.

Cité aux origines médiévales dont les ruelles du centre-ville, la Place de la Comédie, la faculté de médecine, ou encore la place royale du Peyrou, séduisent les visiteurs du monde entier, c'est aussi une métropole moderne, ouverte sur l'architecture, les sciences, la culture contemporaine et les loisirs.



Mais Montpellier dispose également de bien d'autres atouts. Un territoire préservé, composé de paysages variés entre mer à 11km, vigne et montagne.

Une douceur de vivre typiquement méditerranéenne. Une gastronomie et des vins gorgés de soleil. Des manifestations culturelles et sportives d'exception...



Lien vidéo de présentation de notre superbe ville de Montpellier

[Au cœur de Montpellier](#)

Les lieux de la compétition : Le Grau du Roi

31 MAI AU 01 JUIN,
PLAGE RIVE DROITE

Historique

C'est en partie grâce au Rhône que naît la commune du Grau du Roi. Le terme « grau » vient du latin « gradus » qui signifie passage. En effet, au 16ème siècle, suite à des intempéries, le fleuve entre dans les eaux du Repausset.

Ainsi un passage maritime naît entre Aigues Mortes et la mer.

Au fil des années, la population locale construit entre la mer et la fin de ce « grau », deux môles empierrés.

C'est en quelque sorte la naissance de notre cité maritime, mais il faut attendre le 18 juillet 1879 pour que le Grau gagne son autonomie. En 1900 il n'est encore qu'un très modeste village d'un millier d'habitants.

C'est en grande partie la pêche qui assure les ressources de la population, puisqu'un «grau» par nature est une zone poissonneuse.



Tourisme

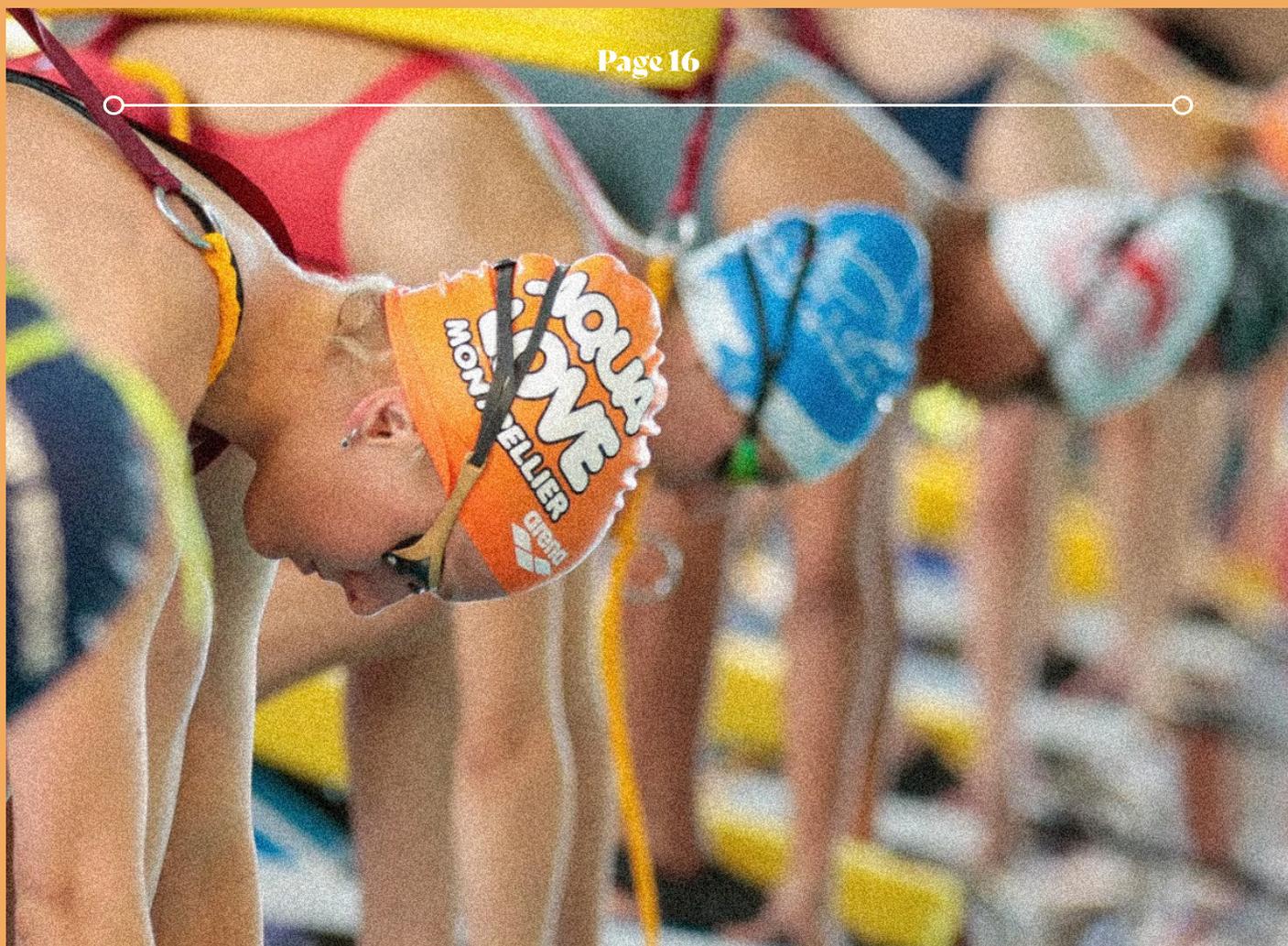
Le développement touristique et économique de notre commune est rendu possible grâce au chemin de fer. Dans les années 30, son succès se confirme avec l'ouverture du sanatorium. Après la 2ème Guerre Mondiale, Le Grau du Roi retrouve petit à petit son air pittoresque de village de pêcheurs avec son site privilégié de l'Espiguette s'intégrant parfaitement au sein de la Camargue.

La réalisation de Port Camargue redonne un nouveau souffle à la commune. En effet dans les années 60, le Gouvernement lance un plan d'aménagement du territoire côtier en Languedoc Roussillon : ainsi Port Camargue 1er Port de Plaisance d'Europe émerge.

A ce jour, notre cité maritime compte 8 276 habitants permanents (recensement 2010), avec une capacité d'accueil pouvant atteindre 90 000 personnes (en août).

L'économie touristique, maritime avec la pêche et le nautisme, l'activité sanitaire représentent des atouts particulièrement importants.

Les investissements conséquents en cours, qu'ils soient privés ou publics, sont un témoignage du dynamisme de notre commune et porteurs d'avenir.



Les clubs organisateurs : Aqualove Sauvetage

PARTIE EAU PLATE

Aqualove Sauvetage

PARTIE
EAU PLATE

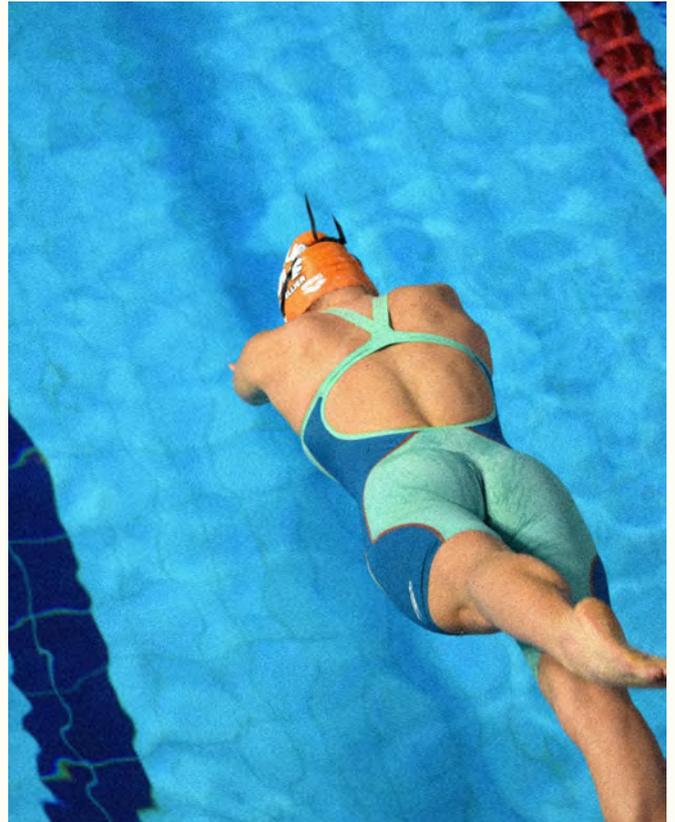


Après l'organisation de la French Rescue 2024 et des Championnats Du Monde Militaire de sauvetage sportif l'année, cela fait maintenant 5 ans qu'Aqualove Sauvetage organise un évènement sportif majeur de la fédération.

Créer en 2004, Aqualove sauvetage est classé club Elite depuis maintenant de nombreuses années et à toujours su évoluer tout en gardant ses valeurs d'entraide, de volontarisme, de partage et surtout son caractère familial avec plus de 2 000 adhérents .

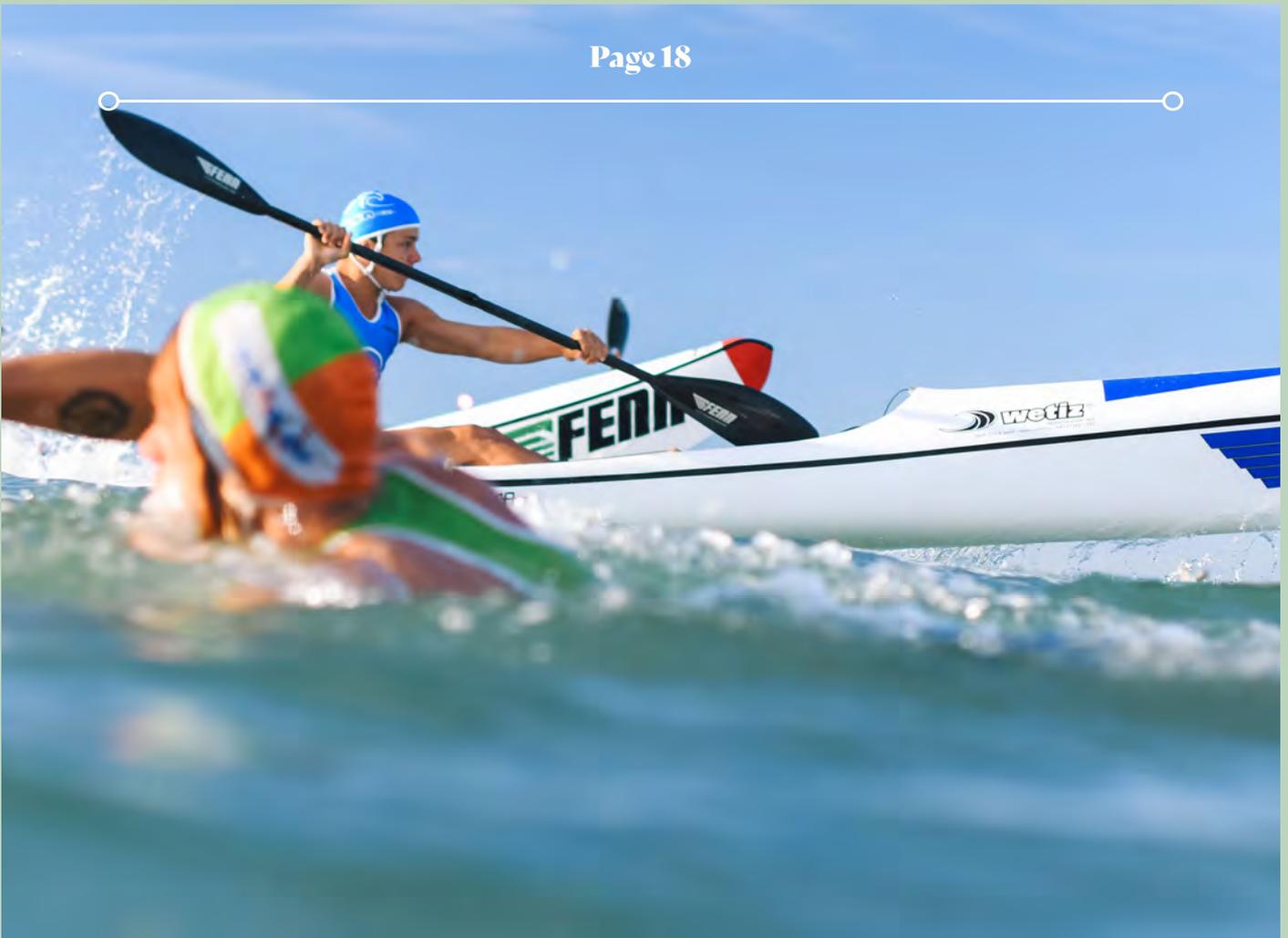
Au cœur du département de l'Hérault, Aqualove est présent sur de nombreux évènements afin d'assurer les postes de secours.

Sur le plan formation, Aqualove dénombre plus de 800 secouristes formés en 2024 (SB, BNSSA, PSC, PSE...) enfants comme adultes au sein de son centre.



Actif sur la partie sportive, Aqualove est le seul club à se hisser sur les deux podiums des championnats de France N1 et Cotier depuis maintenant 4 ans. Sur l'année 2024 , 4 aqualover étaient sélectionnés en équipe de France pour les championnats du monde de sauvetage en Australie, permettant à la France de se hisser à la troisième place du podium en Youth et en Open.

Depuis la création en 2023 du « pôle performance fédéral » avec la mise en place d'une structure d'accès territoriale au haut niveau Aqualove compte pour cette année 2025, 15 athlètes sur liste de haut niveau.



Les clubs organisateurs : APASS



ASSOCIATION PRÉVENTION
ACTION SPORT SECOURISME

PARTIE COTIER

APASS

Le club existe depuis plus de 10 ans et rayonne sur l'ensemble du territoire du Gard à travers ses différentes actions. Plus qu'un club sportif, notre association est un véritable acteur de la formation, de la prévention et de l'inclusion par le sport.



NOS CHAMPS D'ACTION :

- Le socio-sportif et l'éducation par le sport

Interventions dans les collèges et écoles primaires pour sensibiliser les jeunes aux gestes qui sauvent, à la prévention des risques en milieu aquatique et à la citoyenneté. Initiation au sauvetage sportif et découverte des métiers de la sécurité et du secours. Développement de projets autour du vivre-ensemble, de la solidarité et du dépassement de soi à travers le sport.

- La formation citoyenne

Sensibilisation aux gestes qui sauvent dès le plus jeune âge, jusqu'à la formation de formateurs en partenariat avec le Service National Universel (SNU). Actions de prévention et d'éducation à la sécurité pour tous les publics.

- La formation professionnelle

Surveillants de Baignade, BNSSA et formations continues des maîtres-nageurs sauveteurs; Accompagnement vers la professionnalisation dans les métiers du sauvetage et du secours.

- Les dispositifs de secours

Participation active à l'organisation et à la mise en place de dispositifs de secours sur les événements sportifs et culturels. Engagement des bénévoles dans la prévention et la sécurité du littoral.

- Le développement du sport et du sauvetage sportif

Entraînements natation et sauvetage sportif en été
École des Sauveteurs Juniors, pour initier les jeunes aux techniques de sauvetage et aux valeurs du sport.

- Le sport santé et le bien-être par l'activité physique

Marche en mer et activités terrestres à destination des seniors et des personnes en ALD (Affections Longues Durées).

4 créneaux de marche en mer pour les seniors et 3 créneaux spécifiques pour les personnes en ALD : marche en mer, renforcement musculaire et marche rapide.

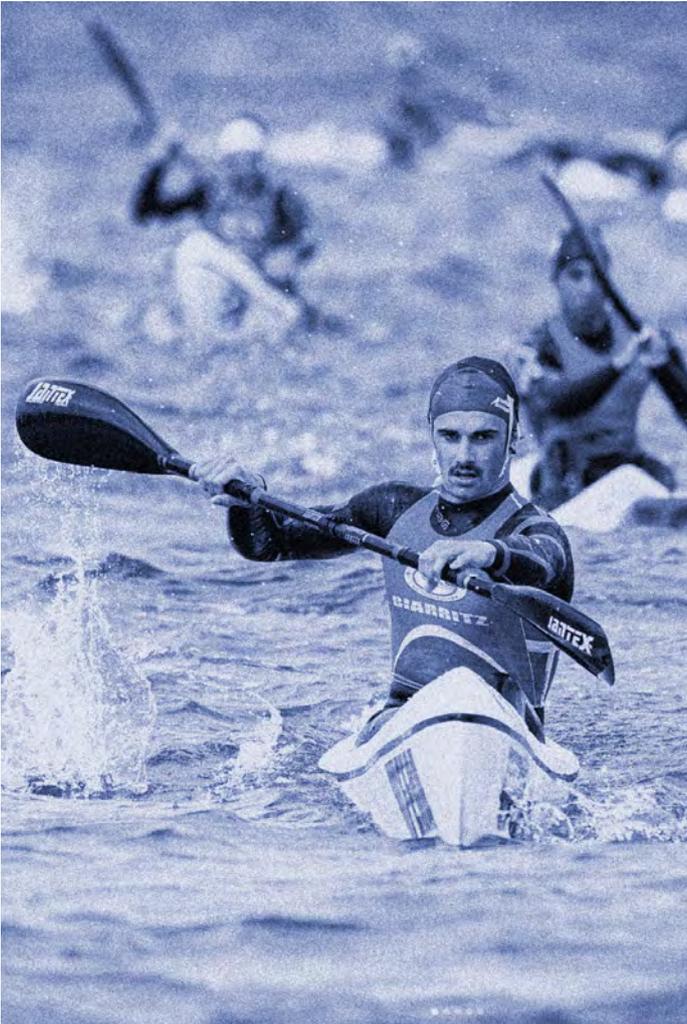
Accompagnement individualisé pour favoriser le bien-être, l'autonomie et la santé par le sport.

Notre association, à travers ces différentes actions, contribue à la transmission des valeurs de citoyenneté, de fraternité et de solidarité, tout en favorisant l'inclusion sociale et le développement du sauvetage sportif sur notre territoire.



French Rescue

RÈGLEMENT



①

Sauvetage Sportif

La French RESCUE est la compétition de référence en sauvetage sportif regroupant à la fois les épreuves eau plate et côtières.

Elle est une étape importante dans la sélection des athlètes pour composer les équipes de France A et A' pour les prochains championnats internationaux.

La compétition débutera par les épreuves en eau plate à la piscine olympique Angelotti de Montpellier le 29 et 30 mai 2025 et se terminera par les épreuves côtières au Grau du roi le 31 et 01 juin 2025.

②

Catégories et épreuves

Cette compétition regroupe les catégories Youth (cadet et junior réunis) ainsi que la catégorie Open (sénior et master) licenciés à la F.F.S.S. dans un Club sur l'ensemble des épreuves individuelles : Planche, Nage, Surf Ski, Oceanman, Bâtons, Sprint, 200m Super sauveteur, 100m Combiné, 100m Mannequin palmes et bouée tube, 100m Mannequin palmes, 50m Mannequin, 200m obstacles.



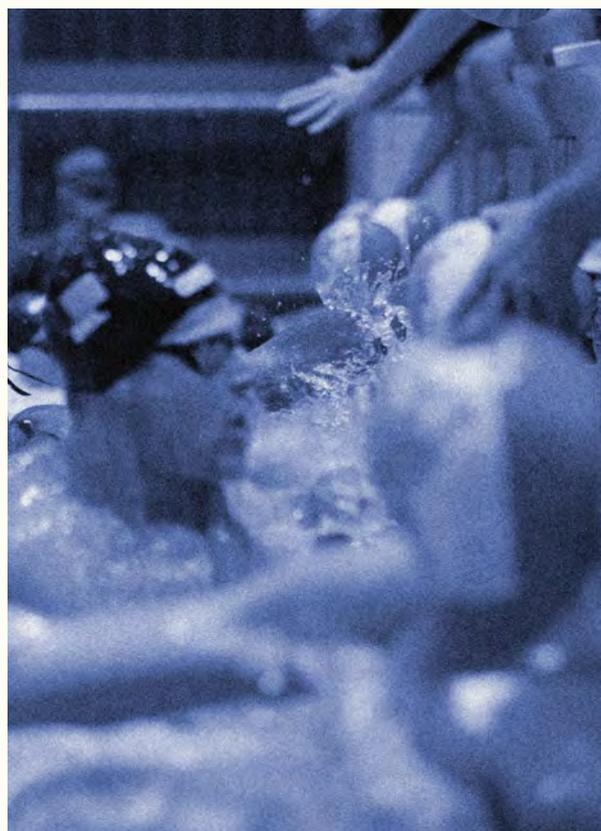
③

Épreuves relais

Ainsi que les épreuves relais :

4 x 25m Mannequin, 4X 50m sauvetage, 4 x 50m Sauvetage bouée tube, Relais mixte, Lancer de corde.

4 x 90m Sprint, Relais Combiné, Sauvetage bouée tube, Sauvetage planche, Relais mixte



④

WhatsApp

Discussion WhatsApp pour les clubs /capitaines d'équipes/officiel :



RÉGLEMENT

Sélections Individuelles :

EAU PLATE :

Seront sélectionnés pour une épreuve les sauveteurs se trouvant dans le ranking jusqu'à la 48ème place (comprise) de cette dernière (hormis les sportifs listés qualifiés d'office) de la catégorie (YOUTH ou OPEN). Les qualifications devront être réalisées entre le 1er octobre 2023 et le 28 avril 2024.

Les temps devront, obligatoirement, être réalisés sur des compétitions inscrites au calendrier National de la F.F.S.S. Peuvent s'engager au 200m obstacles toutes personnes possédant aux moins une sélection sur une épreuves eau plate.

CÔTIER :

Aucune condition.

Sur classement :

Les Youth peuvent prendre part aux épreuves Open et ne pourront pas, à ce moment-là, concourir dans les épreuves de leur catégorie. Ils seront dans l'obligation de réaliser les critères de qualification sénior. Pour ce type d'engagement, il faut contacter IMPÉRATIVEMENT la commission sportive !

Relais :

Possibilité d'engager une équipe de relais par sexe et par club dans chaque épreuve et par catégorie (YOUTH et OPEN). Pour prendre part aux relais, chaque compétiteur devra obligatoirement avoir réalisé au moins un ranking dans une épreuve N1 ou N2.

FINALES:

Finale A pour les YOUTH et OPEN

CHAMPIONNAT OPEN:

Toutes les équipes de clubs étrangers ou sélections nationales seront composées au maximum de 6 garçons et 6 filles. Ces équipes seront dans l'obligation de se présenter à cette compétition avec un arbitre.

Récompenses

INDIVIDUELLES

Médailles aux trois premiers hommes et dames de chaque épreuve.

RELAIS

Médailles aux trois premiers relais hommes et dames dans chaque épreuve.

CLUB

Coupes aux trois meilleurs clubs.

CLASSEMENT GÉNÉRAL PAR CATÉGORIE

YOUTH et OPEN

Classement du meilleur club

Le classement général sera effectué par l'addition des points des 3 meilleurs compétiteurs de chaque club, dans chacune des épreuves de chaque catégorie. Les points seront distribués de la façon suivante : (20, 18, 16, 14, 13, 12, 11, 10, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1).

Les points des relais ne seront pas doublés.

Engagements

FRAIS D'ENGAGEMENT

Les droits d'inscription sont de 5 euros par épreuve individuelle et par relais. Le calcul des frais d'engagements sera effectué au moment de la saisie informatique des engagements.

Tant que les frais d'engagements ne sont pas payés sur le site de la fédération, les engagements ne sont pas validés. Il n'y aura pas de remboursement possible.

LE COMITE DE COURSE

Il aura lieu la veille de la première épreuve à 19h30, il définit l'organisation du jury de la compétition avec les officiels présents.

À toute échelle, la rencontre sportive contribue à la création de valeurs, d'émotions et de mobilisations pour l'ensemble des personnes présentes à l'évènement (organisateur, sportifs, spectateurs, officiels...).

Un évènement Éco-responsable

Cependant, comme toute activité humaine, elle peut avoir des effets négatifs sur l'environnement qu'il apparaît indispensable a minima de réduire, voire même d'inverser.

En effet, le dérèglement climatique et la perte de biodiversité générée par les activités humaines sont sans précédent. Les conséquences sur les écosystèmes qui nous permettent de vivre risquent d'être irréversibles. Si nous voulons limiter les conséquences de ces dérèglements sur nos activités y compris sportives, nous devons préserver l'environnement.



Cependant, comme toute activité humaine, elle peut avoir des effets négatifs sur l'environnement qu'il apparaît indispensable a minima de réduire, voire même d'inverser.

En effet, le dérèglement climatique et la perte de biodiversité générés par les activités humaines sont sans précédent. Les conséquences sur les écosystèmes qui nous permettent de vivre risquent d'être irréversibles. Si nous voulons limiter les conséquences de ces dérèglements sur nos activités y compris sportives, nous devons préserver l'environnement.

Action de la FFSS, d'AQUALOVE SAUVETAGE et de l'APASS



En effet, au-delà du spectacle que constitue la FRENCH RESCUE 2024, lieu de rencontres et de partages, les organisateurs et athlètes présents ont un devoir d'exemplarité.

Dans une démarche d'amélioration continue, l'organisation s'engage à tout mettre en œuvre pour atteindre d'ici 2025 les objectifs de la charte « 15 engagements écoresponsables des organisateurs d'événements sportifs à horizon 2024 » publiée par le ministère du sport et des jeux olympiques et paralympiques.

NOS ACTIONS :

- Réduction des déchets plastiques à usage unique (gourde éco-cup, suppression de petite bouteille en plastique)
- Travailler avec des partenaires alimentaires se fournissant de produits locaux, bio et s'adaptant aux particularités de chacun
- Favoriser le Co-voiturage ou l'utilisation des transports en commun auprès des athlètes ou bénévoles.
- Affichage résultat en ligne pour limiter l'utilisation de papier
- Tri des déchets sur site

Programme

EAU PLATE - MONTPELLIER

Jeudi 29 mai 2025

Série :

← MATIN

- 100 m Bouée Tube
- 50 m mannequin
- 200 m Super Sauveteur
- Relais Mannequin (Finale directe)

Finales B et A :

- 100 m bouée tube
- 50 m mannequin
- 200 m Super Sauveteur
- Relais bouée tube (Finale directe)

Vendredi 30 mai 2025

Séries :

- 200 m obstacles
- Relai corde (Finale directe)
- 100 m mannequin palmes
- 100 m Combiné
- Relais mixte (Finale directe)

Finales B et A :

- 200 m obstacles
- Relais obstacles
- 100 m Mannequin Palmes
- 100 m Combiné

MATIN

APRÈS-MIDI

Programme

CÔTIER - GRAU DU ROI

Samedi 31 mai 2025

Série à demi-finale : ← MATIN

- Nage
- Planche
- Beach flags
- Relais Sauvetage Planche
(Série + Finales)

Finales :

- Nage
- Planche
- Relais Sauvetage tube
(Séries + finales)
- Beach flags

Dimanche 1er juin 2025

APRÈS-MIDI

Séries à demi-finales :

- Sprint (Série + Finales)
- Relais sprint (Série + Finales)
- Surf ski
- Océanman
- Relais Combiné (Série + Finale)

Finales :

- Surf ski
- Océanman
- Relais Mixte (Séries + finale)

MATIN

APRÈS-MIDI

Plan d'accès

SITE EAU PLATE – Piscine Olympique Angelotti

Stationnement

Ci-joint des parkings qui seront gratuits (jeudi férié et dimanche) pour vous faciliter l'accès. Mais pas de gratuité le vendredi ni le samedi attention aux amendes, la ville effectue beaucoup de contrôle.



TRANSPORTS EN COMMUN

Plan du réseau de transports en commun : <https://www.tam-voyages.com/index.asp>



ADRESSE

195, av. Jacques Cartier
Montpellier



ACCÈS

Tram lignes 1 et 4,
Station

« Place de l'Europe »

Bus TaM n°9 et 37,
arrêt

« Place de l'Europe »

Plan général

SITE EAU PLATE - Piscine Olympique ANGELOTTI

Pour le bien de tous et afin de respecter au mieux les règles de sécurité qui seront en vigueur lors de la FRENCH RESCUE, nous vous demanderons de respecter les zones et le sens de déplacement ci-dessous.

Il sera interdit de faire entrer bouteille en verre, arme ou alcool dans l'enceinte de la piscine.

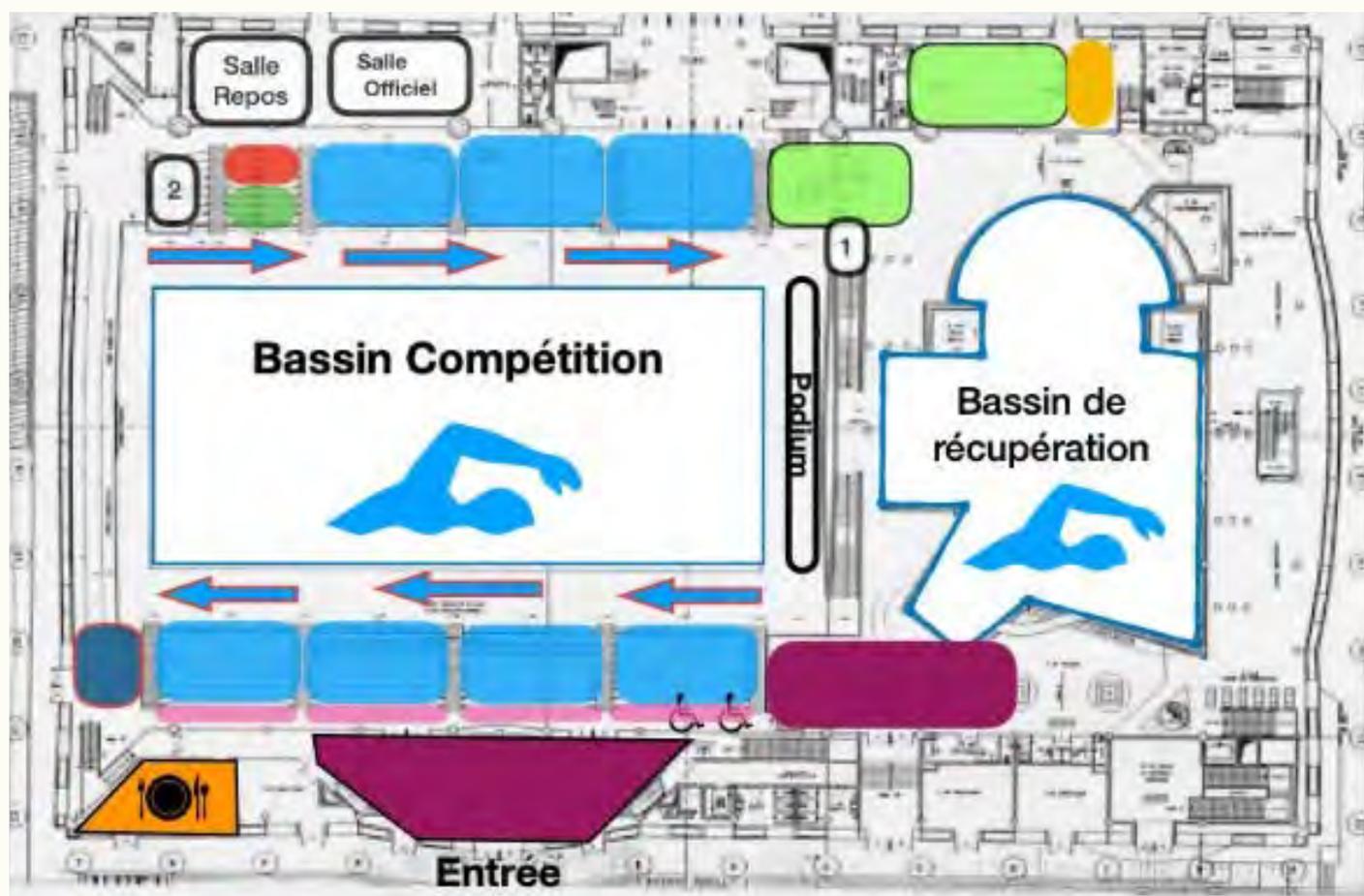
Il sera également interdit de diffuser par le biais de banderoles ou teeshirts, tout message à connotation politique, sexiste, raciste ou ne respectant pas les valeurs issues du règlement intérieur de la FFSS...

La mise en place de flammes, banderoles, drapeaux aux couleurs d'une association de sauvetage sera tolérée à condition qu'elle ne gêne pas la visibilité des spectateurs, athlètes, officiels, secouristes et de la retransmission en direct de l'évènement.

A votre arrivée le jeudi matin, des bénévoles du club vous indiqueront et vous dirigeront vers les zones réservées aux clubs.

Attention, chaise côtière interdits dans l'enceinte de la piscine (gradin remis à neuf et vernis récemment.)

Je vous remercie de respecter les règles sanitaires de l'établissement de bains.



Plan d'accès

SITE CÔTIER – PLAGE RIVE DROITE, GRAU DU ROI

Stationnement : rond-point de la plage par D62 A puis parking du toboggan 30240 Le Grau Du Roi en flèche bleue

Accès site : soit par le parking soit par l'impasse de la plagette rue du Vidourle 30240 Le Grau Du roi en flèche violette



Plan général

SITE CÔTIER - PLAGE RIVE DROITE, GRAU DU ROI



REMORQUES

Les remorques pourront être laissées sur le parking côtier 30 mai au 1 juin, mais Le gardiennage des remorques est du 31 mai au 1 juin

Attention pas de gardiennage prévu le dimanche soir.

Une possibilité de stockage de 5 à 6 remorques des clubs participants pourrait être proposée à la Base Nautique Intercommunale du Grau-du-Roi, sous réserve de confirmation logistique.

Zone Athlètes



Créneau d'entraînement

Piscine MERCREDI 28 MAI

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSejuyrWyOe1X-LkTNu-VLfnvg1hGbIXQHh3cBB8TAJcWzhEIA/viewform>

Formulaire afin de réserver un créneau d'entraînement le mercredi 28 mai 2025.

1 ligne sera dédiée au Pôle France sur la durée total de la session, rapprochez vous des entraîneurs fédéraux pour des cas particuliers (Nageurs isolés, déplacement individuel ect...) Si plusieurs créneaux, souhaités => «Remarques» Pas d'accès au bassin sans réservation.

Si cas de nageurs isolés, contacter les entraîneurs fédéraux.

Espace Athlètes

- **Nutrition sportive** : Mise à disposition d'une barre protéinée et d'une solution hydratante fournies par notre partenaire Momentum Club Nutrition (1 par athlète)

- **Soins ostéopathiques** : Un ostéopathe présent en continu pour les soins et le suivi.

- **Soins kinésithérapeutiques** : Intervention de 2 étudiants et 2 diplômés de l'Institut de Formation en Masso-Kinésithérapie de Montpellier.

- **Cryothérapie** : Présence de deux professionnels du Cryopôle Nîmes/Montpellier pour proposer des soins de récupération par cryothérapie.



Stand Red Bull

Red Bull mettra à disposition des boissons pour les athlètes tout au long de la compétition, avec également un passage des ambassadeurs Red Bull prévu sur place.



Organisation d'une Tombola



Tombola

Dans le cadre de l'événement French Rescue 2025, une tombola est organisée afin de soutenir financièrement l'organisation et le bon déroulement des activités prévues à Montpellier et au Grau-du-Roi.



PARTENAIRES PARTICIPANTS

Cette initiative est rendue possible grâce au soutien de plusieurs commerces et producteurs locaux, que nous remercions pour leur engagement :

- **La Maison du Taureau**
- **La Maison des Vins**
- **La Cure Gourmande**
- **Le Cellier des Cigales**
- **Speedo**

Les fonds collectés seront intégralement destinés au financement de l'événement. La tombola permettra également de mettre en valeur les savoir-faire et produits de notre région.

MODALITÉS DE PARTICIPATION

Prix d'une case : 2 €

Le tirage au sort aura lieu le dimanche matin



Lunch & More : Montpellier



Midi et/ou Soir Montpellier

LUNCH & MORE

Remplir le bon de commande →

<https://drive.google.com/file/d/1Qd8wmtToaFEG8nDh5s-MAT2E00NjEylM/view?usp=sharing>

Le **LUNCH&MORE** est un concept de restauration de jour spécialisé dans une cuisine de qualité, rapide, **variée** et **FAITE MAISON**.

Situé au sein de la Piscine Olympique de **MONTPELLIER**, ils sont en libre-service vous proposant diverses possibilités de restauration allant des sandwiches au plat du jour, avec pour ligne directrice l'utilisation de produits frais et une alimentation intégrant des épices, des sucres lents et des viandes maigres à faible teneur en graisse.

Leur équipe vous accueille avec le sourire dans une ambiance chic et apaisante **AVEC VUE SUR LA PISCINE** pour un service rapide, efficace et de qualité. Une restauration sur place tout au long de la compétition, ainsi qu'un service de cafétéria non stop en journée.

NO5 « 5 » ENGAGEMENTS

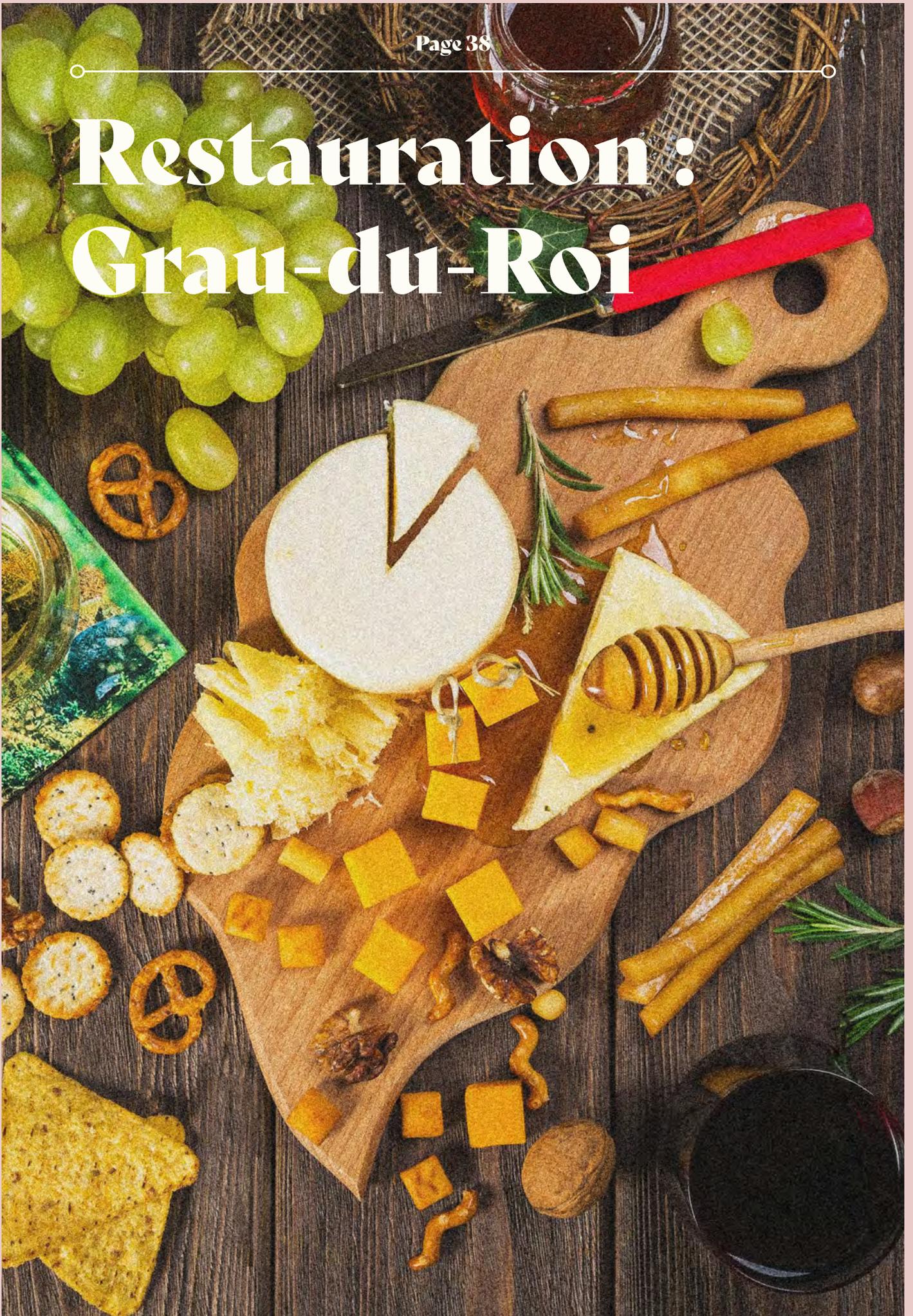
- Une cuisine saine avec des produits bruts non transformés industriellement
- Des produits frais, de saison et au maximum issus de la production locale
- Une alimentation équilibrée et variée - toutes nos préparations ont une base protéines / féculents / légumes.
- Une démarche anti-gaspi journalière
- Une approche recyclage éco-responsable

Remplir le bon de commande et le renvoyer à : restaurantlunchandmore@gmail.com

Par Tel : 06 99 46 74 75 - demandez Gaëlle ou Eric



Restauration: Grau-du-Roi



Midi Grau-du-Roi

Repas club sur commande auprès de l'association sur le site :

action-sauvetage-secourisme.assoconnect.com/collect/description/550103-d-repas-french-rescue-2025-partie-cotiere-31-05-et-01-06

LiMiTE DE COMMANDE 26 MAI 2025



Les paniers repas sont composés :

- **JOUR 3 (31/05/2025):**

- Salade César fusilli 370g :
- Poulet rôti 100g, fusilli 160g, oeuf dur 60g, parmesan 20g, sauce César 20g, crème d'anchois 10g, origan et ail
- Fromage individuel
- Salade de fruits
- Pain

- **JOUR 4 (01/05/2025):**

- Poke bowl au thon 370g :
- Thon 100g, riz 160g, avocat 30g, carottes 30g, radis 20g, mangue 30g, sauce soja et huile de sésame
- Fromage individuel
- Fromage blanc, purée de fruits
- Pain

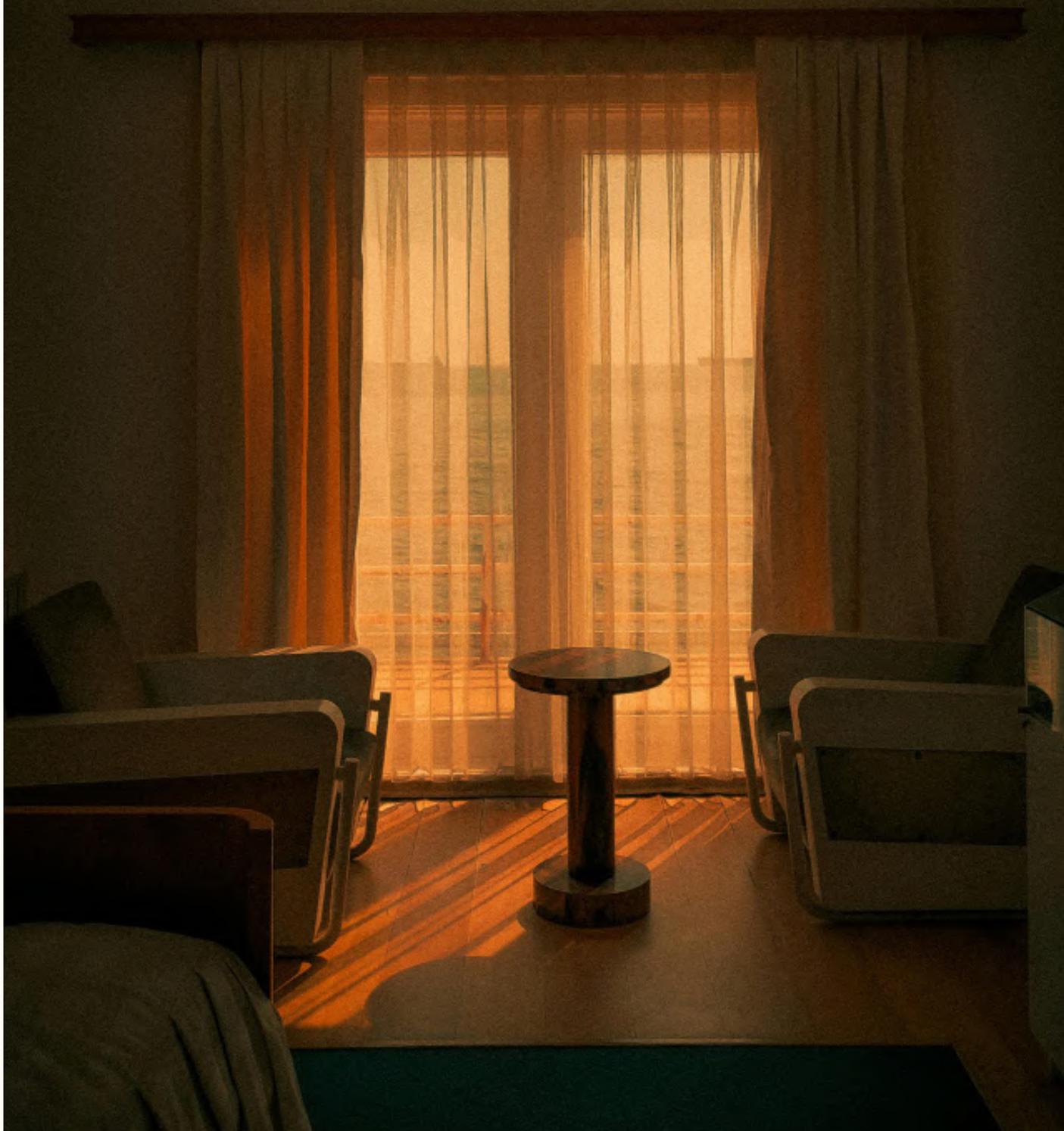
OU ALORS :

De nombreux restaurants sont présents sur la station. Néanmoins ceux en capacité d'absorber des groupes sont de préférences :

- Hôtel restaurant de la plage 9 Bd du Maréchal Juin, 30240 Le Grau-du-Roi : 04 66 51 40 22
- Le diable o thym 5 Quai Lapèrouse, 30240 Le Grau-du-Roi : 04 66 53 32 62
- Au Petit Bonheur 6 Av. Frédéric Mistral, 30240 Le Grau-du-Roi : 04 66 58 00 57
- Divers restaurants place de la République 30240 Le Grau-Du-Roi



Hébergement : Montpellier



LES HÔTELS ET APPART HÔTELS LES PLUS PROCHES ET LES PLUS ABORDABLES DE LA PISCINE OLYMPIQUE ANTIGONE :

Aparthotel Adagioaccess Montpellier Centre

40 Avenue du Petit Train
34000 Montpellier
04 99 52 76 10

Résidence Goélia Sun City

72 Avenue du Pont Juvénal
34000 Montpellier
04 67 13 58 58

Appart' Hôtel Marianne

455 Avenue du Professeur Etienne Antonelli 34070
Montpellier
04 67 75 19 84

Appart'hôtel Odalys City Les Occitanes Résidence de tourisme

20 Rue de la République
34000 Montpellier
04 67 02 92 50

Citadines Antigone Montpellier (Apart Hotel Montpellier)

588 Boulevard d'Antigone
34000 Montpellier
04 99 52 37 50

Appart'City Confort Montpellier Millénaire - Apart Hôtel

418 Rue du Mas de Verchant
34000 Montpellier
04 67 85 68 90

B&B Hotel

1211 Rue de la Vieille Poste
34000 Montpellier
0 892 68 30 42

Hôtel Suite Novotel Montpellier

45 Avenue du Pirée
34000 Montpellier
04 67 20 57 57

Hôtel Campanile Montpellier Centre St Roch

11 Rue Pagezy
34000 Montpellier
04 34 09 13 30

Best Western Plus Comédie Saint Roch

6 Rue Jules Ferry
34000 Montpellier
04 99 13 33 44

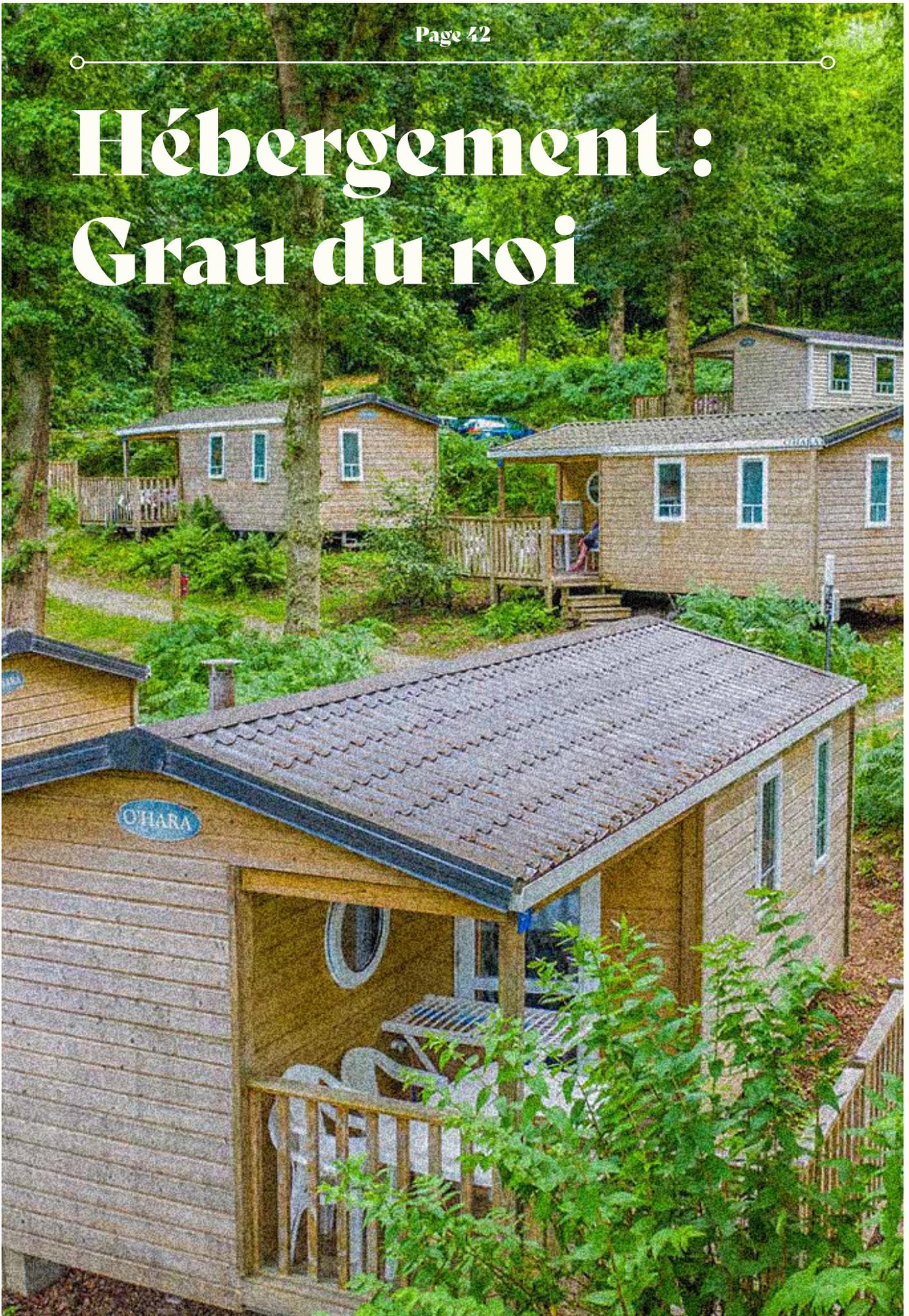
Hôtel ibis Montpellier Centre Comédie

Allée Jules Milhau
34000 Montpellier
04 99 13 29 99

Hôtel ibis budget Montpellier Centre Millénaire

ZAC Blaise Pascal, 25 Rue des Frères Lumière
34000 Montpellier
0 892 68 09 04

Hébergement : Grau du roi



PAR LA ROUTE :

- De Montpellier par D66 direction aéroport méditerranée.
- De Nîmes par A9 Sortie 26- Gallargues/Aigues-Mortes/Le grau du roi, puis D66.
- De Toulouse par A9, sortie Montpellier Est N°29 puis D66.

CAMPING DE L'ESPIGUETTE

Route de l'espiguette 30240 le grau roi
+33 (0)4 66 51 43 92

CAMPING LA MARINE

2196, route de l'Espiguette 30240 LE GRAU DU ROI
Tél : 04 30 05 17 58

CAMPING LE BOUCANET CAP FUN

Route de Carnon 30240 LE GRAU DU ROI
Tél : 04 66 51 41 48
Port : 0635159321

CAMPING L'EDEN

Route de l'Espiguette 30240 LE GRAU DU ROI
Tél : 04 66 51 49 81

CAMPING DOMAINE ELYSÉE VAGUES OCÉANES

980, route de l'Espiguette 30240 LE GRAU DU ROI
Tél : 04 66 35 73 35

VILLAGE VACANCES AZUREVA

2815, route de l'Espiguette 30240 LE GRAU DU ROI
Tél : 04 66 53 14 14

RESIDHOTEL LE MAYFLOWER

Avenue Georges Pompidou 30240
Tél : 04 66 58 08 50
Tél : 04 92 28 21 61 (centrale résa)

Location matériel

OCEANPERF

LOCATION

PADDLE BOARD	75€
SURF SKI ADULTE	120€
SURF SKI KIDS	105€
PAGAIE	25€
NIPPER BOARD MOUSSE	50€
NIPPER BOARD EPOXY	70€

RESERVATION SUR:

info@oceanperf.com

06.75.24.20.11



Partenaires Institutionnels



Partenaires Officiels



Partenaires locaux



#FRENCHRESCUE2025