



## PROGRAMME

### JEUDI 10 SEPTEMBRE

---

#### MONTE-CRISTO BY NIGHT RACE FOR PURE OCEAN

- 19:00 • Ouverture du village & retrait des bonnets
- 19:30 • Briefing de sécurité pour les nageurs
- 19:45 • Embarquement pour le Château d'If
- 20:15 • Départ de la course
- 22:15 • Remise des récompenses

### VENDREDI 11 SEPTEMBRE

---

#### LE DÉFI DE MONTE-CRISTO 5K SANS PALMES

- 06:45 • Ouverture du village & retrait des bonnets
- 07:30 • Briefing de sécurité pour les nageurs
- 07:45 • Embarquement pour le Château d'If
- 09:15 • Départ de la course
- 12:30 • Remise des récompenses

#### LE DÉFI DE MONTE-CRISTO 3,5K SANS PALMES

- 11:00 • Retrait des bonnets
- 13:15 • Briefing de sécurité pour les nageurs
- 13:30 • Embarquement pour l'île Degaby
- 14:00 • Départ de la course
- 16:00 • Remise des récompenses



#### LE DÉFI OPEN 2K (AVEC OU SANS PALMES) & PASTA PARTY

- 18:00 • Retrait des bonnets
- 18:40 • Briefing de sécurité pour les nageurs
- 19:00 • Départ de la course
- 20:00 • Remise des récompenses & Pasta Party

## SAMEDI 12 SEPTEMBRE

---

### LE DÉFI DE MONTE-CRISTO 5K AVEC PALMES

- 06:45 • Ouverture du village & retrait des bonnets
- 07:30 • Briefing de sécurité pour les nageurs
- 07:45 • Embarquement pour le Château d'If
- 09:15 • Départ de la course
- 12:30 • Remise des récompenses

### LE DÉFI 2,5 K SANS PALMES

- 11:00 • Retrait des bonnets
- 13:30 • Briefing de sécurité pour les nageurs
- 14:00 • Départ de la course
- 15:30 • Remise des récompenses

### LE DÉFI JUNIOR 1K (AVEC OU SANS PALMES)

- 11:00 • Retrait des bonnets
- 15:45 • Briefing de sécurité pour les nageurs
- 16:00 • Départ de la course
- 17:00 • Remise des récompenses

## DIMANCHE 13 SEPTEMBRE

---

### LE DÉFI DE MONTE-CRISTO 5K SANS PALMES

- 06:45 • Ouverture du village & retrait des bonnets
- 07:30 • Briefing de sécurité pour les nageurs
- 07:45 • Embarquement pour le Château d'If
- 09:15 • Départ de la course
- 12:30 • Remise des récompenses

### LE DÉFI 2,5 K AVEC PALMES

- 11:00 • Retrait des bonnets
- 13:30 • Briefing de sécurité pour les nageurs
- 14:00 • Départ de la course
- 15:30 • Remise des récompenses

### LE DÉFI OPEN 1K (AVEC OU SANS PALMES)

- 11:00 • Retrait des bonnets
- 15:45 • Briefing de sécurité pour les nageurs
- 16:00 • Départ de la course
- 17:00 • Remise des récompenses