



## **La Tonn'Eau**

2ème édition de nage avec palmes et tonneau

Fête du vin nouveau

Cette compétition festive aura lieu le

**Samedi 27 Septembre 2025**

Maison d'accueil du **lac de Kruth Wildenstein**

68820 Kruth - Wildenstein

La Tonn'Eau est une manifestation sportive festive organisée par le Club de plongée Sous-Marin de Cernay affiliée à la FFESSM (n° 0668092A) et assurée au cabinet Lafont.

Pour des raisons de sécurité, le nombre de participants est limité à 60 nageurs, 15 équipes de 4 personnes.

Âge limite d'inscription : 14 ans (né en 2011)

### **Règlement de la compétition :**

Clôture des inscriptions le 15 Septembre 2025, néanmoins les inscriptions seront closes dès le nombre atteint (80 nageurs).

### **Dossier d'inscription complet avec les pièces obligatoires suivantes :**

L'inscription se fait sur le site HelloAsso : <https://www.helloasso.com/associations/club-de-plongee-sous-marine-de-cernay/evenements/inscription-a-la-course-tonn-eau>

**Vous y déposerez :**

- La fiche d'inscription complétée sur le site
- Le règlement de 60 euros pour 1 équipe de 4 nageurs à régler lors de l'inscription.

Puis par mail, chaque nageur enverra à l'adresse : [plongee.cernay68@gmail.com](mailto:plongee.cernay68@gmail.com)

### **1. La copie de l'attestation de licence FFESSM ou autres fédérations**

- Fédération Française Handisport
- Fédération Française de Natation
- Fédération Française de Pentathlon Moderne
- Fédération Française du Sport Adapté
- Fédération Française de Sauvetage et Secourisme
- Fédération Française du Sport Universitaire (FFSU)
- Fédération Française de Triathlon
- Fédération Sportive Gymnique du Travail (FSGT)
- Union Nationale du Sport Scolaire (UNSS )
- Fédération Française des Sociétés d'Aviron
- Fédération Française de Canoë-kayak
- Fédération Française de Surf
- Fédération Française de Voile
- Fédération Française de Pêche Sportive en Apnée (FFPSA)

**Une licence FFESSM à la journée (3 euros) pour les non-licenciés peut vous être fournie**

- 2. La copie du certificat médical** d'absence de contre-indication à la pratique de la nage avec palmes à jour lors de la compétition, rédigé par tout médecin.



**Une autorisation parentale pour les mineurs est obligatoire et sera envoyé par mail au CPSMC : [plongee.cernay68@gmail.com](mailto:plongee.cernay68@gmail.com)**

Je soussigné Madame, Monsieur ..... Agissant en qualité de  
mère/père autorise mon enfant..... Né le : ..... à .....  
A participer à la Tonn'Eau le samedi 27 Septembre 2025.

J'atteste avoir le plein exercice de l'autorité parentale à l'égard de cet enfant mineur.

Fait à .....

Le : ..... Signature :

**Du vin nouveau et des Flam's seront disponibles sur place pour la modique somme de 10.-  
Une buvette est également ouverte à la maison d'accueil, et le ravitaillement de course est  
mis à disposition par le CPSMC.**

Toute équipe dont l'inscription est incomplète ne sera pas acceptée.

Toutefois, si vous êtes seul ou si vous n'arrivez pas à constituer une équipe complète, n'hésitez pas à contacter le CPSMC par mail. Nous vous mettrons en contact avec d'autres nageurs.

En cas d'annulation d'une inscription, l'organisation (CPSMC) rembourse uniquement les frais d'inscription à la course sur présentation d'un certificat médical.

### **Programme de la journée :**

#### **Samedi 27 Septembre 2025 :**

|             |                                                                 |
|-------------|-----------------------------------------------------------------|
| 13H30/14H00 | Retrait des dossards                                            |
| 14H00/14H30 | Tour d'échauffement et briefing                                 |
| 14H30/15H00 | Sprint des capitaines de chaque équipe pour organiser le départ |
| 15H00/16H30 | Course en relais sur un parcours de 500m                        |
| 17H00       | Podium et remise des prix                                       |
| 17H30       | Tartes Flambées et Vin nouveau                                  |

Un verre de vin nouveau est offert à chaque participant majeur.



### **Règlement de la Course :**

La présente compétition est encadrée par le règlement sportif national de la NEV de la FFESSM présent sur le site :

<https://eauvive.ffessm.fr/uploads/media/docs/0001/10/2a84a53609111de84a032e3876acd91f0ee0025d.pdf>

Équipement néoprène obligatoire pour le froid et la flottabilité. L'usage de lestage est interdit. Les participants devront obligatoirement nager avec des palmes (monopalme ou bipalmes). Le support de nage est fourni par l'organisation, c'est un tonneau vide avec une réserve de flottabilité pour assurer la sécurité.

Pour le départ, les Tonneaux sont alignés sur la plage à 20 mètres des coureurs. Les équipes sont organisées par ordre chronologique suite au chrono réalisé par leur capitaine. (façon 24 heures du Mans).

La boucle matérialisée par des bouées fait 500 mètres, la zone de relais pour donner le tonneau à son partenaire est délimitée.

Au bout de 1h30 de course, le classement se fait par la distance effectuée et par l'ordre d'arrivée dans la zone de relais.

### **Droit à l'image :**

L'organisateur par le biais de vidéastes de la FFESSM et de ses membres, pourra être amené à prendre des photos et vidéos lors de la manifestation, tant dans l'eau en course, que sur terre avant et après les épreuves, notamment les remises de prix. Ces médias pourront être ensuite utilisés et mis à la vue de tout visiteur sur le site internet ou sur tout autre support de promotion ou de communication sur l'évènement.

Les personnes désirant faire opposition à la publication de ces médias doivent en informer l'organisateur le jour de la compétition.

### **Consignes aux participants :**

#### **PENDANT LA COURSE :**

Départ dans l'ordre des chronos effectués à la fin du sprint réalisé par les capitaines des équipes, en ligne façon 24 heures du Mans.

Faire la boucle de 500 mètres matérialisée par des bouées, dans le sens des aiguilles d'une montre.

Obligation de nager avec le tonneau soit en nage ventrale ou dorsale, seules les palmes ou mono-palme sont autorisées pour se propulser.



Le passage du tonneau à son équipier se fait uniquement dans la zone de relais.

Les participants se doivent aide et assistance si nécessaire. Les nageurs en difficulté ou souhaitant abandonner **se signaleront en levant le bras à l'attention des bateaux de sécurité**. Ils seront amenés sur la rive où ils seront pris en charge.

Les participants ne doivent pas s'écarter du parcours officiel que ce soit pendant la course ou l'échauffement. L'organisation décline toute responsabilité en dehors du parcours officiel.

**Après 1h30 de course, le classement se fait par ordre d'arrivée dans la zone de relais, de la plus grande distance parcourue.**

**PENDANT LA COURSE :** Ravitaillement offert (sucré, salé, boissons soft, eau...). Des tables de pique-nique sont à disposition, ainsi qu'une buvette.

**RESULTATS ET REMISE DES PRIX :** A partir de 17h00.

**REPAS :** Tarte flambées et vin nouveau 10 Euros à partir de 17h30.



## Manifestation écoresponsable :

Nous invitons les participants à la protection de ce milieu naturel. **Il est important de laisser la plage propre**, des conteneurs seront à disposition pour jeter les déchets et laisser un lac propre.

## Accès au site :

**DÉPART-ARRIVÉE :** parking devant le site du lac de Kruth-Wildenstein, commune de **KRUTH**. Accès par la D 1066 (ex-N 66), vallée de Thann ; au giratoire de Felling, prendre la 1<sup>ère</sup> sortie à droite, D 13 bis II, direction Felling Centre, le Markstein et lac de Kruth-Wildenstein. Environ 1 km après Kruth, le grand parking est sur la gauche, juste avant le site du lac (et l'auberge).

Un fléchage sur place vous indiquera le lieu du Parking voiture.

### Le lac de Kruth-Wildenstein

CE LAC ARTIFICIEL à niveau variable a été aménagé dans les années 1960 afin de réguler le cours de la Thur. Cette rivière prend sa source non loin d'ici, dans le massif du Rainkopf, à 1200 m d'altitude. Le site s'étend sur 115 ha dont 81 ha de plan d'eau. Il est entouré de vastes forêts aux pentes abruptes. Le site a une vocation technique (installations du barrage) mais aussi de loisirs pratiqués dans le respect de la nature et d'autrui.

- Maison d'accueil du lac**  
Petite restauration, toilettes, point d'information et de réservation des activités du lac.
- Hébergement et restauration**
  - Camping du Schlossberg \*\*\***  
www.schlossberg.fr - 03 89 82 26 76  
200 emplacements délimités, location de chalets, restauration.
  - L'auberge du lac**  
www.auberge-chambresdhotels-kruth.fr  
03 89 82 27 05  
Chambres d'hôtes, restaurant

### La pêche

Fédération du Haut-Rhin pour la Pêche et la Protection du Milieu Aquatique  
www.peche68.fr - 03 89 60 64 74 - contact@peche68.fr  
La pêche est ouverte du Vendredi Saint à la mi-octobre.  
Cartes journalières disponibles sur le site de la Fédération de Pêche.  
Réglementation détaillée affichée à la Maison d'accueil du lac ou à consulter sur le site de la Fédération de pêche.

### Promenons-nous...

- Le tour du lac - 1h30 - 6 km**
  - Itinéraire réservé aux mobilités douces  
Accessible aux piétons, vélos, poussettes et fauteuils roulants
  - Sentier pédestre  
Portions uniquement pédestres
  - Variantes pédestres
- Le sentier de découverte du Schlossberg - 1h30**  
Découvrez les ruines du château de Wildenstein au travers de 17 bornes thématiques. Cet itinéraire fait partie des écobalades de la Vallée de Saint-Amarin.

### Loisirs sportifs

- Parc Arbre Aventure**  
www.parcarbreaventure.com - 03 89 82 25 17  
Propose de nombreuses activités en plein air et des activités nautiques : Parc-acrobranche, location de VTT, pédalos, canoës, petite restauration.
- Site sportif naturel d'escalade**  
28 voies de difficulté 3b à 7a (hauteur de 10 à 23 mètres en fonction des voies). Plus d'infos sur le site du comité du Haut-Rhin de montagne et d'escalade. contact@et68.ffme.fr
- Plongée sous-marine**  
Pratique réservée aux associations agréées. Association des plongeurs du Lac de Kruth-Wildenstein : [plongeurslacedekruth68@gmail.com](mailto:plongeurslacedekruth68@gmail.com)
- Les circuits VTT et VTTAE**  
Au départ du lac de Kruth-Wildenstein, 5 circuits adaptés pour tous les niveaux. Plus d'informations sur le site VTT-FFC des Hautes Vosges d'Alsace.
- Parcours Nat'Mouv**  
www.natmouv.fr  
Parcours sportifs utilisant l'environnement naturel en tant que supports d'exercices. Application à télécharger sur son smartphone.

## Contact :

Par mail : [plongee.cernay68@gmail.com](mailto:plongee.cernay68@gmail.com)