



Randonnée des Iles de Lérins

4 octobre 2026

C'est dans la magnifique baie de Cannes et autour des îles de Lérins que se déroule cette randonnée de 25km environ. En quelques coups d'aviron vous quitterez la croisette et ses hôtels de luxe pour vous immerger dans l'azur méditerranéen et la lumière qui colore les roches rouges de l'Esterel.



Randonnée des Iles de Lérins 2026

4 octobre 2026 – Rowing Club Cannes Mandelieu – tel: 0603 173 870

aviron@rccannesmandelieu.com

25km

Parcours

Départ: CANNES, Bijou Plage

**Arrivée: MANDELIEU, Base du
Rowing Club Cannes-Mandelieu**

Horaires

- **A Partir de 8h à la plage du
Bijou-Plage à Cannes
(direction Palm Beach)**
- **Briefing de sécurité à 8h15
et mise à l'eau**
- **Départ de la Randonnée à
08h45**
- **Repas à midi au club**

Manifestation:

Randonnée sportive
La France en ramant Circuit 2026

Organisateur :

Rowing Club Cannes Mandelieu

Code des régates /Randonnées :

F.F.A.

Assurance :

MAIF

Niveau requis :

Confirmé

Embarcations :

2x et 4x+

**BATEAUX DE MER
UNIQUEMENT**

Engagements :

Avant le 5 Septembre 2025
Par courrier avec le règlement

Frais de participation :

50€ comprenant la randonnée et
le repas de midi.

Location de sièges:

33€ dans la limite des places
disponibles



Sécurité

Sur l'eau :

Assurée par les bénévoles du club (5 bateaux), la police maritime et les pompiers.
Un arbitre officiel sera présent.

Sur terre :

Un médecin sera présent

Points particuliers de sécurité :

Un briefing sera réalisé par les organisateurs avec les chefs de bord avant l'embarquement.
Les participants devront se conformer aux consignes données par les organisateurs.



Navettes

Déchargement des remorques à Cannes et rechargement à Mandelieu ; des navettes seront prévues pour les conducteurs.

Séjour

Pour agrémenter votre séjour et pour trouver un hébergement :

OT Mandelieu : tel :04.93.93.64.64

www.ot-mandelieu.fr

OT Cannes : tel: 04.92.99.84.22

www.cannes-destination.fr

Les engagements du randonneur :

Le rameur randonneur reconnaît :

- Savoir bien nager
- Avoir un niveau de forme physique et de pratique de l'aviron suffisant pour accomplir le parcours
- Etre en possession d'une licence de la FFA en cours de validité.
- Les rameurs pratiquant à l'étranger et membres d'une association affiliée à leur fédération nationale doivent être couverts par une assurance individuelle avec responsabilité civile.
- Respecter le code de la navigation en vigueur, les règles et consignes mises en place par les organisateurs

A bord de chaque embarcation :

Chaque rameur doit avoir à sa disposition une brassière de sécurité (**obligatoire**)

L'équipage est muni d'une écope et d'une corde de 10 m de longueur et d'un diamètre de 10 mm pour amarrage et remorquage éventuel.

L'équipage nomme en son sein un chef de bord :

- 1 – le chef de bord doit être qualifié et majeur. Celui-ci veille à la sécurité de l'équipage et au respect de la réglementation maritime
- 2 – Il doit connaître le programme de la randonnée et les consignes de sécurité. Il assiste aux réunions
- 3 – Il doit vérifier l'état du matériel avant le départ
- 4 – Il doit s'assurer de l'expérience et de la compétence du barreur

LA BAIGNADE en cours de parcours n'est PAS AUTORISEE.



Randonnée des Iles de Lérins

4 octobre 2026

BORDEREAU D'ENGAGEMENT

1 équipage par bordereau (AVANT le 5 Sept.)

CLUB :		N° FFA :	
Nom du délégué :			
Adresse :			
Ville :		Code postal :	
Tel :		Fax :	
Mobile :		Email :	
NOM	Prénom	Catégorie	N° de Licence
1			
2			
3			
4			
5			

Nombre de rameurs :	X50€ =
Nombre d'accompagnants (repas supplémentaires) :	X25€ =
Location de sièges*	X33€ =
*dans la limite des places disponibles demander un accord préalable de l'organisation	
TOTAL :	

Je, soussigné, président du club, reconnais avoir pris connaissance de l'avant-programme de la randonnée des Iles de Lérins et des engagements du randonneur. De même que les participants ci-dessus, qui s'engagent à les respecter.

Date, **tampon du club et signature** :