

# Dossier Présentation

## USOL'Swimrun

### 1ère édition

### 31 Mai 2026

# USOL SWIM RUN

VIENS DÉCOUVRIR LA DISCIPLINE :  
IL Y A FORCÉMENT UN FORMAT POUR TOI !

**XS** -10H45 **SOLO OU DUO**

2X 250m Nage  
3,5km course

**S** -9H **SOLO OU DUO**

4X 250M NAGE  
6KM COURSE

**COURSES ENFANTS** **SOLO** 12H/12H30

6-9 ANS :	10-11 ANS:
2X 50M NAGE	2X 100M NAGE
500M COURSE	1KM COURSE

## DIMANCHE 31 MAI

RDV

LAC DU RONZEY À YZERON



BUVETTE SUR PLACE !

# USOL TRIATHLON

## Présentation du club

L'USOL Triathlon c'est quoi ?

C'est une **association sportive** des Monts de Lyonnais, créée en 2022, pour promouvoir la pratique du triathlon et des sports enchainés pour tous, dans un esprit familial, convivial et inclusif.

Il s'agit d'une section de l'USOL (Union Sportive de l'Ouest Lyonnais), **basée à Vaugneray (69)**, via la section OUTDOOR. Le club est affilié à la Fédération Française de Triathlon (FFTri) et est régit par sa réglementation.

Sur la saison 2025-2026, le club compte **85 adhérents** dont 41% de femmes. Nous sommes très fiers de cette mixité, et nous cherchons à la promouvoir au maximum, avec **un bureau 100% féminin**.



# USOL'Swimrun 2026

## Présentation de l'évènement

Un **swimrun** ? C'est un sport de pleine nature, où s'enchaîne course à pied et nage en eau libre, sans changement de matériel, sans transition.

**Où ?** Au lac du Ronzey sur la commune d'Yzeron

**Pour qui ?** Coureurs amateurs, **jeunes et familles** souhaitant découvrir la discipline

### **Nos objectifs:**

- Créer une **manifestation sportive et conviviale** pour toutes et tous, autour de notre sport
- Mettre en avant **le cadre naturel** du lac du Ronzey, à Yzeron
- Dégager des bénéfices pour accompagner davantage de jeunes dans la pratique du triathlon, **en allégeant les coûts pour les familles**



# USOL'Swimrun 2026

## Nos valeurs

**Partage** : L'USOL'Swimrun est une course ouverte à tous, des plus débutants aux confirmés, nous souhaitons mettre en avant l'esprit de partage entre tous les participants et l'équipe organisatrice.

**Esprit local** : organiser une compétition dans les monts du lyonnais, au sein d'un magnifique terrain de jeu, en étroite relation avec la mairie d'Yzeron.

**Convivialité** : Bénévoles, staff, participants.. nous souhaitons que toutes les personnes présentes à l'occasion de notre course passent un excellent moment et gardent un bon souvenir de notre première édition !



# USOL'Swimrun 2026

## Les différents formats

Notre objectif: **Faire découvrir cette discipline au plus grand nombre.**  
C'est pourquoi nous avons 4 formats :

- 1- Format 6-9 ans – 600m.** Les enfants auront le droit d'utiliser des aides à la nage (brassard – gilet). C'est un format découverte qui permettra aux enfants un premier contact avec l'eau libre, et l'enchaînement ludique course/nage.
- 2- Format - 10-11 ans – 1200m.**
- 3- Format XS – 4km.** A partir de 12 ans, ce format est destiné aux enfants à partir de la catégorie benjamin, et aux adultes. C'est un format explosif et rapide pour nos jeunes et un format découverte pour les non-initiés.
- 4- Format S – 7km.** A partir de 16 ans, ce format un peu plus long permettra à toutes et tous de se jauger sur une distance courte mais exigeante.



# USOL'Swimrun 2026

## Les différents Formats

4 formats	Horaire	Catégorie FFTri	Tarif	Distance totale	Parcours : Répartition Course/Natation
Enfants 6-9 ans	12h	-Mini-poussins -Poussins	10 euros	600m	<ul style="list-style-type: none"><li>• Course : 2x 250m</li><li>• Natation : 2x 50m</li></ul>
Enfants 10-11 ans	12h30	Pupilles	10 euros	1200m	<ul style="list-style-type: none"><li>• Course : 2x 500 m</li><li>• Natation : 2x120m</li></ul>
XS	10h45	A partir de la catégorie benjamins (12 ans)	20 euros	4 km	<ul style="list-style-type: none"><li>• Course n° 1 : 0,75 km</li><li>• Natation n°1 : 250m</li><li>• Course n°2 : 1,2 km</li><li>• Natation n°2 : 250m</li><li>• Course n°3 : 1,7 km</li></ul>
S	9h	A partir de la catégorie Cadet (16 ans)	25 euros	7 km	<ul style="list-style-type: none"><li>• Course n° 1 : 0,75 km</li><li>• Natation n°1 : 250m</li><li>• Course n°2 : 1,2 km</li><li>• Natation n°2 : 250m</li><li>• Course n°3 : 1,2 km</li><li>• Natation n°3 : 250m</li><li>• Course n°4 : 1,2 km</li><li>• Natation n°4 : 250m</li><li>• Course n°5 : 1,7 km</li></ul>



# USOL'Swimrun 2020

## Programmation de l'évènement

**8h:** accueil des participants et retrait des dossards

**8h30:** Ouverture de la buvette

**9h:** Départ du format S.

Temps estimés des premiers arrivés:

Temps estimés des derniers arrivés: 10h30

**10h45:** Départ du format XS

**12h:** Départ de la course enfant 6-9 ans

**12h30:** Départ de la course enfant 10-11 ans

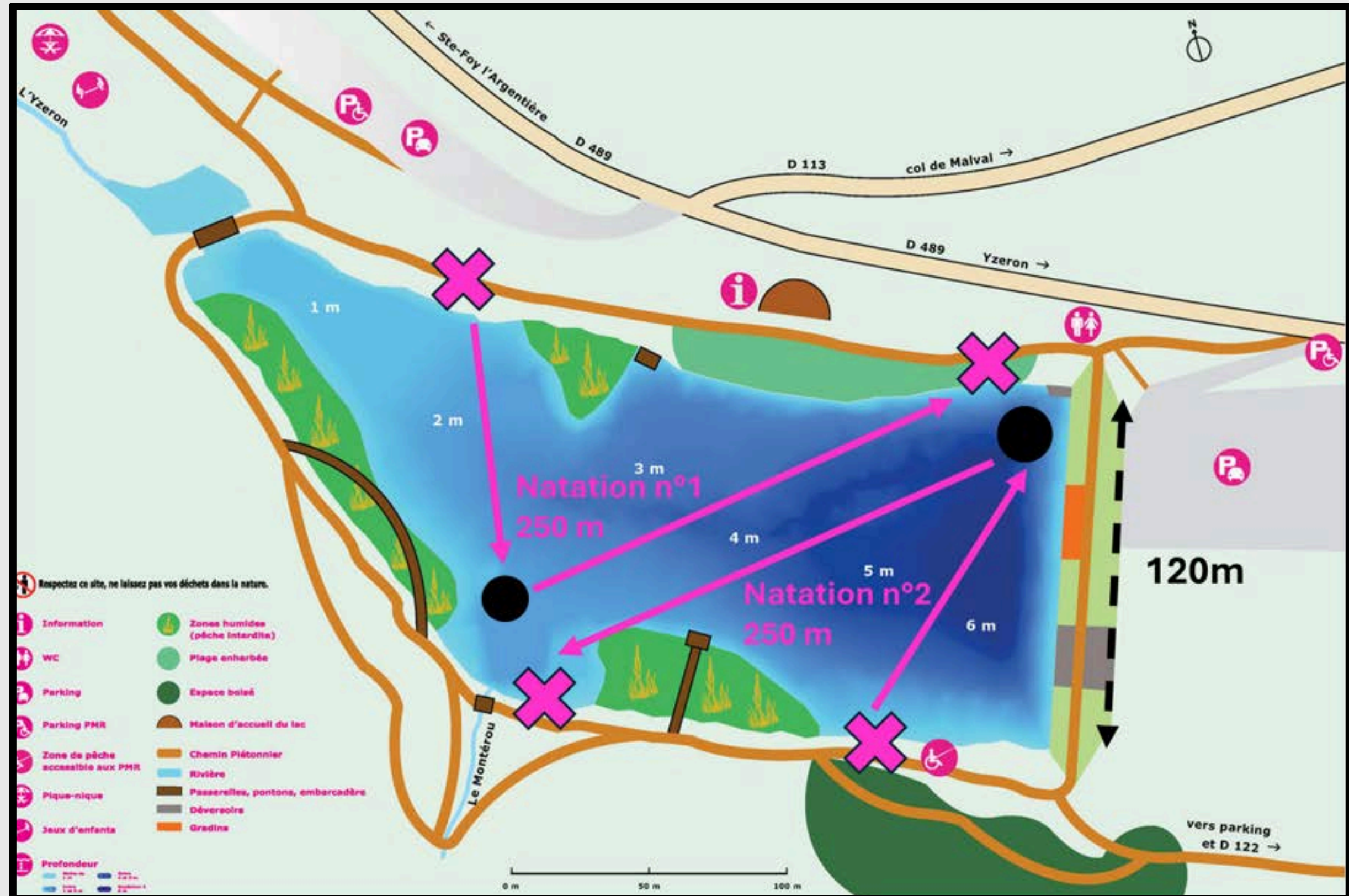


# USOL'Swimrun 2026

## Le lac du Ronzey et les parcours de natation

Boucles de natations  
du Format XS et S

●  
Bouées



# USOL'Swimrun 2020

## Le parcours du format XS

Course n° 1 : 0,75 km

Natation n°1 : 250m

Course n°2 : 1,2 km

Natation n°2 : 250m

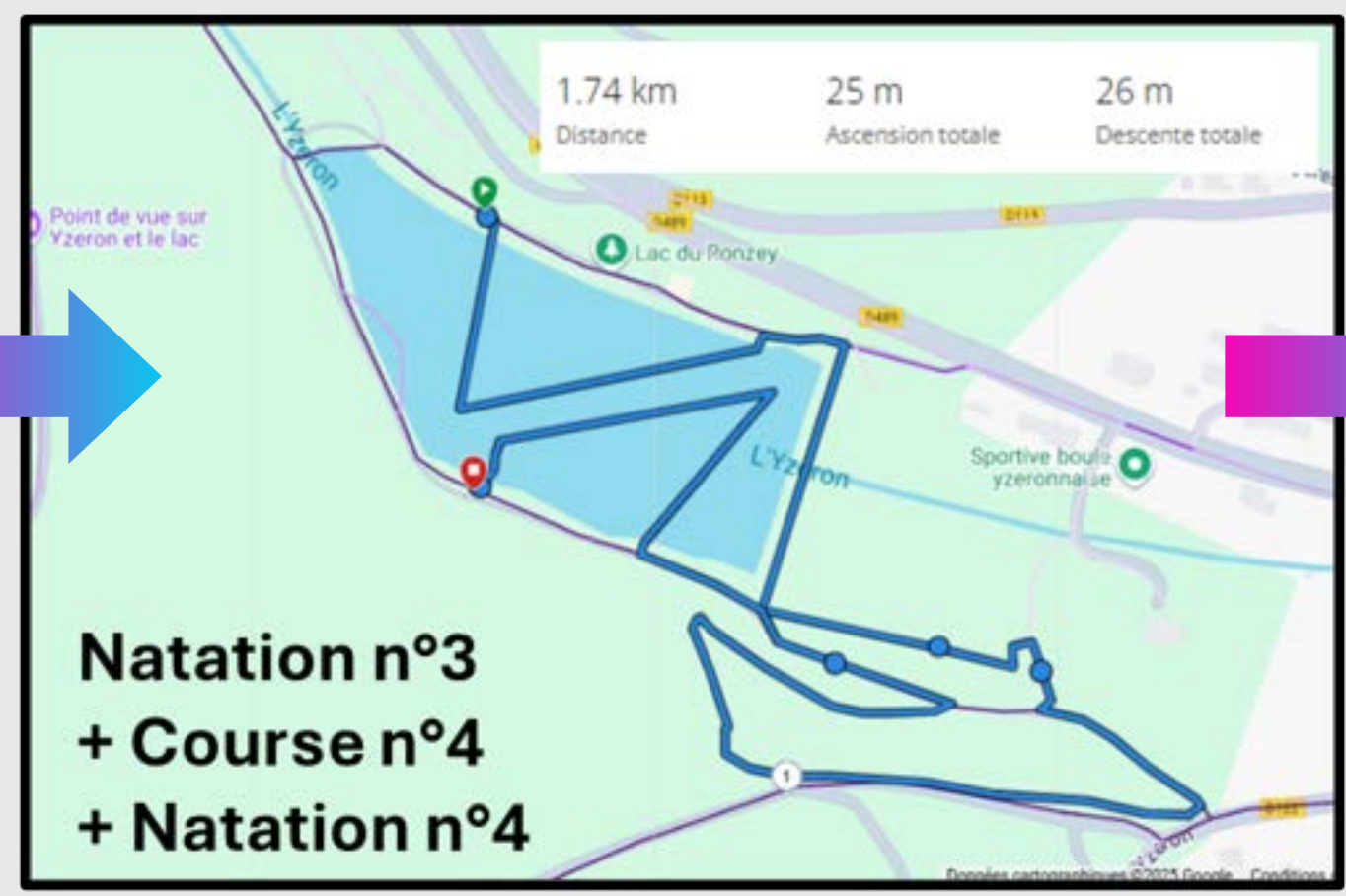
Course n°3 : 1,7 km



# USOL'Swimrun 2020

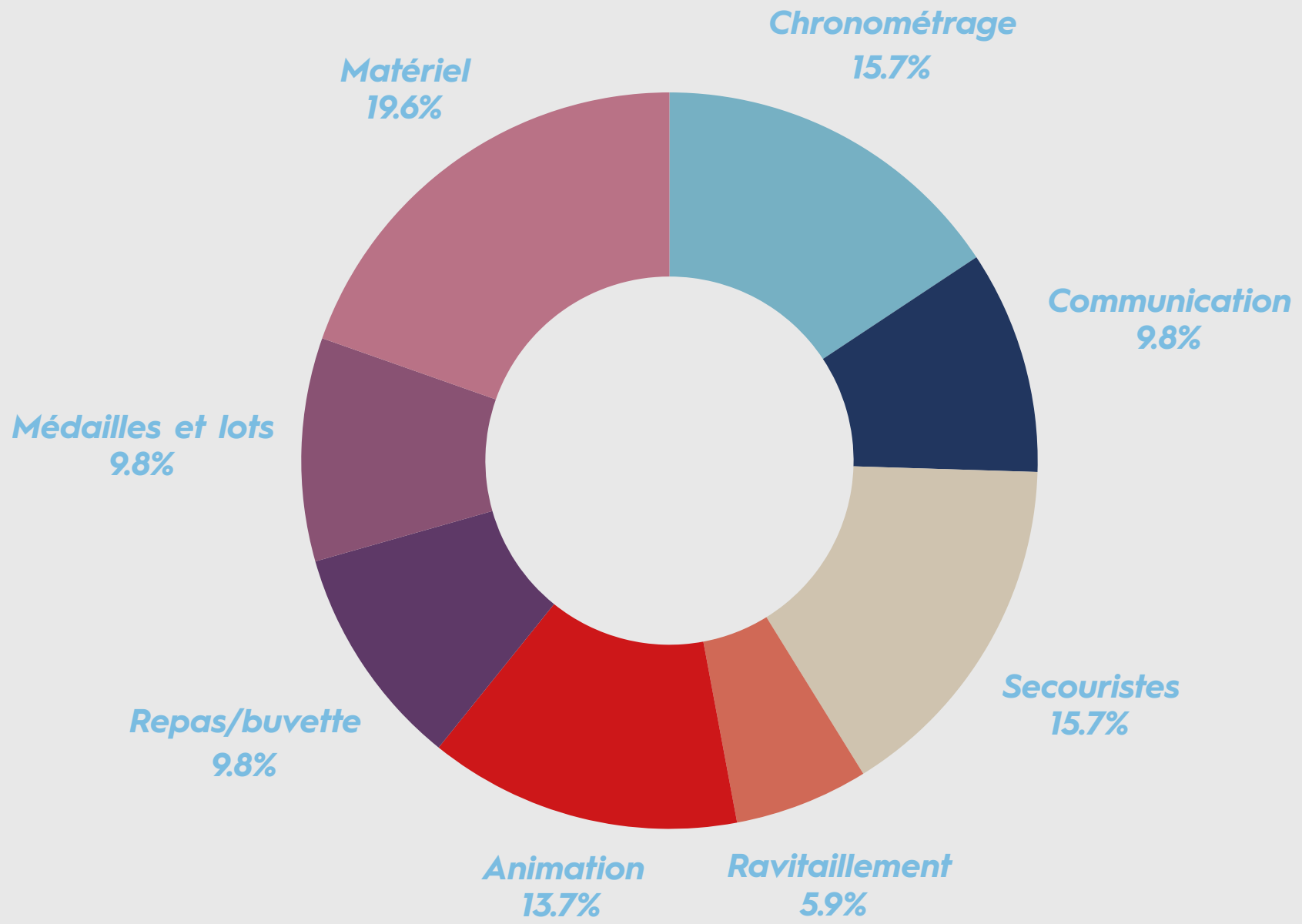
## Le parcours du Format S

- Course n° 1 : 0,75 km
- Course n° 1 : 0,75 km
- Natation n°1 : 250m
- Course n°2 : 1,2 km
- Natation n°2 : 250m
- Course n°3 : 1,2 km
- Natation n°3 : 250m
- Course n°4 : 1,2 km
- Natation n°4 : 250m
- Course n°5 : 1,7 km



# USOL'Swimrun 2026

Notre budget : Estimation 5-6K



Chaque euro investi contribue directement à la sécurité, à l'expérience des participants et à la pérennité de l'événement !



# USOL'Swimrun 2020

## Offres de sponsoring

FORMULE	MONTANT	CONTREPARTIES
PLATINE	500€	<ul style="list-style-type: none"><li>• Logo sur nos visuels</li><li>• 5 dossards offerts</li><li>• Mention de votre nom au micro lors de l'évènement</li><li>• Mention sur nos différents canaux de communication, avant, pendant et après l'évènement</li><li>• Stand sur place</li><li>• Possibilité de fournir des goodies intégrés aux sacs coureurs</li></ul>
GOLD	200€	<ul style="list-style-type: none"><li>• Logo sur nos visuels</li><li>• 3 dossards offerts</li><li>• Mention de votre nom au micro lors de l'évènement</li><li>• Mention sur nos différents canaux de communication, avant, pendant et après l'évènement</li></ul>



# USOL'Swimrun 2026

## Offres de sponsoring

FORMULE	MONTANT EN €	CONTREPARTIES
ARGENT	100€	<ul style="list-style-type: none"><li>• Logo sur nos visuels</li><li>• 1 dossard offert</li><li>• Mention de votre nom au micro lors de l'évènement</li><li>• Mention sur nos différents canaux de communication, avant, pendant et après l'évènement</li></ul>
BRONZE	50€	<ul style="list-style-type: none"><li>• Logo sur nos visuels</li><li>• Mention de votre nom au micro lors de l'évènement</li><li>• Mention sur nos différents canaux de communication, avant, pendant et après l'évènement</li></ul>
DOTATION GRATUITE	0€	PRÊT DE MATÉRIEL, CONTRIBUTION AUX RAVITAILLEMENTS, DONNS CADEAUX COUREURS..

Nous sommes ouverts à la discussion sur nos offres, et surtout à d'autres idées/aides qui seraient bénéfiques à notre organisation !



# USOL'Swimrun 2020

## Contact

✉ [usoltriathlon@gmail.com](mailto:usoltriathlon@gmail.com)

☎ 06 04 59 37 95  
07 50 47 09 98

🌐 <https://www.usol.fr/>

📷 @usol\_triathlon

