

**12 SEPT
2026**

Swimrun

LONG
40KM 1700D+

MEDIUM
21KM 1000D+

SPRINT
13KM 400D+

Run

GRAVITY TRAIL
34KM 1500D+
20KM 900D+



GRAVITY
R A C E

11^e ÉDITION
LAC DE NANTUA



PROGRAMME

Une 11ème édition pour cette épreuve pionnière du swimrun en France. Lancée en 2016, avec près de 350 participants, la Gravity Race a su évoluer et se réinventer tout en conservant ses valeurs sportives et conviviales. L'évènement s'est installé depuis 2025 au bord du lac de Nantua, pour vous faire explorer un site naturel exceptionnel du Haut-Bugey, au cœur de la forêt jurassienne. Un terrain de jeu qui ne manque pas d'attraits pour la pratique de ce sport atypique et désormais du trail, avec deux parcours inédits cette année.

Un grand merci à la ville de Nantua pour son accueil et à l'Agglomération du Haut-Bugey pour sa collaboration étroite.

Merci également à la Région Auvergne-Rhône-Alpes, aux communes de Charix, Apremont, Échallon, Oyonnax, Montréal-la-Cluse, Port et Saint-Martin-du-Frêne pour leur soutien et leur accompagnement.

Bonne course à toutes et à tous !



PROGRAMME

VENDREDI 11 SEPTEMBRE

14h00
-
19h00

RETRAIT DOSSARDS

- Salle de l'Eden, Hôtel de Ville de Nantua

SAMEDI 12 SEPTEMBRE

06h30

EMBARQUEMENT PARTICIPANTS LONG

- Parking de l'Esplanade du Lac de Nantua

07h15

BRIEFING PARTICIPANTS LONG

- Lac Genin

07h30

DÉPART LONG

- Lac Genin

08h00
-
10h30

RETRAIT DOSSARDS

- Salle de l'Eden, Hôtel de Ville de Nantua

09h15

BRIEFING GRAVITY RUN

- Esplanade du Lac de Nantua

09h30

DÉPART 20 KM & 34 KM

- Esplanade du Lac de Nantua

10h15

BRIEFING PARTICIPANTS SPRINT

- Esplanade du Lac de Nantua

10h30

DÉPART SPRINT

- Esplanade du Lac de Nantua



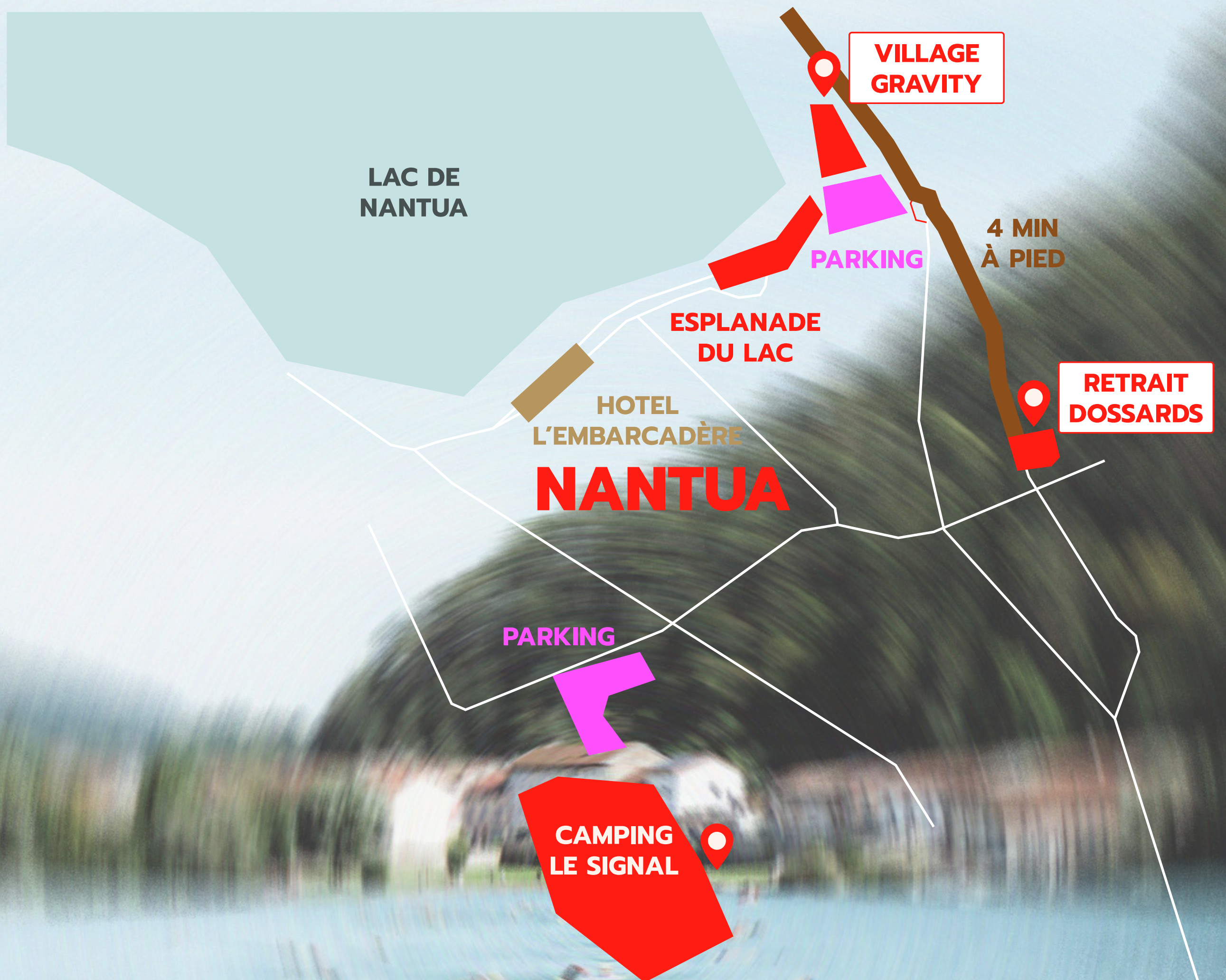
PROGRAMME

SAMEDI 12 SEPTEMBRE

10h45	BRIEFING PARTICIPANTS MEDIUM - Esplanade du Lac de Nantua
11h00	DÉPART MEDIUM - Esplanade du Lac de Nantua
11h00	PREMIÈRE ARRIVÉE RUN 20 KM - Esplanade du Lac de Nantua
11h45	PREMIÈRE ARRIVÉE SPRINT - Esplanade du Lac de Nantua
12h00	PREMIÈRE ARRIVÉE 34 KM - Esplanade du Lac de Nantua
13h00	PREMIÈRE ARRIVÉE LONG - Esplanade du Lac de Nantua
13h30	PREMIÈRE ARRIVÉE MEDIUM - Esplanade du Lac de Nantua
15h00	REMISE DES PRIX - Village Gravity Race



IMPLANTATION



INFOS PRATIQUES

RETRAIT DOSSARDS

VENDREDI 11 SEPTEMBRE 14H00-19H00

- Salle de l'Eden, Hôtel de Ville
(toutes les formules)

SAMEDI 12 SEPTEMBRE 08H00-10H30

- Village Gravity Race
(parcours Médium, Sprint & Gravity Trail)

Nous vous conseillons vivement de **retirer votre dossard le vendredi** afin d'éviter tout stress & problématiques le jour-j !

Pour retirer votre dossard, vous devez obligatoirement présenter **votre carte retrait dossard (envoyée la semaine précédent la course) ainsi qu'une pièce d'identité.**

Il est possible de retirer le dossard d'une autre personne, sur présentation de sa carte retrait dossard et sa pièce d'identité.

À RÉCUPÉRER AU RETRAIT DOSSARDS :

- ✓ Chasuble numéroté
- ✓ Bonnet ORCA
- ✓ Puce transpondeur
- ✓ Comté Gravity Race de la fromagerie de la Combe du Val
- ✓ Étiquette consigne sacs (une par participant pour les duos)

CONSIGNE SACS

Une consigne sacs sera mise à disposition sur le Village Gravity Race de 06h00 à 17h00 (Swimrun & Gravity Trail).

Vous pourrez déposer votre sac personnel étiqueté (étiquette remise lors du retrait dossards, correspondant à votre dossard).

BRIEFING ET DÉPART

PARCOURS LONG

Le départ du format Long se fera au Lac Genin.

Une navette est prévue pour vous acheminer jusqu'au départ (comprise dans le prix d'inscription).

DÉPART NAVETTE : 06H30, parking de l'Esplanade du Lac de Nantua

Le briefing d'avant course est obligatoire pour tous les participants. Il aura lieu 15 minutes avant le départ de votre course. :

- Briefing participants Long : 07h15
- Briefing participants Sprint : 10h15
- Briefing participants Médium : 10h45

Le départ s'effectuera groupé, solo et duo en une seule vague pour l'ensemble de courses :

- Départ Long : 07h30 - Lac Genin
- Départ Sprint : 10h30 - Esplanade du Lac de Nantua
- Départ Médium : 11h00 - Esplanade du Lac de Nantua

LES INDISPENSABLES

MATÉRIEL OBLIGATOIRE

L'ensemble des participants ont l'obligation de conserver leur équipement tout au long de la course.

*Fourni par la Gravity Race :

- ✓ Bonnet ORCA
- ✓ Chasuble
- ✓ Puce transpondeur

*Matériel personnel :

- ✓ Sifflet à bille
- ✓ Gobelet/softcup
- ✓ Combinaison de swimrun

(obligatoire si la température de l'eau est inférieure à 16°, elle reste vivement conseillée si la température de l'eau est supérieure à 16°)

Le matériel suivant est autorisé mais non-obligatoire : lunette de natation, plaquettes, pull boy, ravito personnel, longe (corde de traction), tuba.

*Fourni par la Gravity Race :

- ✓ Dossard
- ✓ Puce chronométrage

*Matériel personnel :

- ✓ Système hydratation (0,5 L minimum)
- ✓ Une réserve alimentaire
- ✓ Veste de pluie (si nécessaire)
- ✓ Couverture de survie (conseillé)

SIGNALÉTIQUE

Le balisage sur les portions trail du Swimrun et de la Gravity Trail est le même



Entrée d'eau



Rubalise rouge
par parcours



Sortie d'eau



Flèche parcours



RÈGLEMENT

- Distance maximum de 15 mètres en course à pied et 5 mètres en natation à respecter avec son coéquipier pour les duos
- Respecter la trace et suivre précisément le balisage
- Effectuer les entrées et sorties d'eau à moins d'un mètre de la signalétique présente
- Ne jamais laisser son coéquipier seul
- Porter assistance à une autre équipe/participant en difficulté
- Passage obligatoire sur les ravitaillements et les points de contrôle présents sur le parcours

LES BONS GESTES

Les parcours de la Gravity Race ont été conçus en étroite collaboration avec les instances de protection de l'environnement et répondent à la réglementation Natura2000.

Nous vous demandons de respecter l'ensemble du parcours et des espaces naturels traversés et donc de :

- Suivre le balisage et les sentiers présents
- Ne rien jeter sur le parcours et d'utiliser les poubelles présentes sur les ravitaillements

Attention, aucun gobelet ne sera distribué sur les ravitaillements, pensez à votre gobelet/softcup personnel !

PARCOURS

SWIMRUN
Long

40KM ▲ 1700D+

NATATION	TRAIL
0,25	2,5
0,25	15,7
2	0,6
1,5	10
0,8	4,5
0,7	0,4
0,5	0,4
6	34,1



PARCOURS

SWIMRUN

Medium

21KM ▲ 1000D+

TRAIL	SWIM
0,3	
	2
1,5	
	0,4
9,8	
	0,6
4,7	
	0,5
0,5	
	0,5
0,5	
17,3	4



PARCOURS

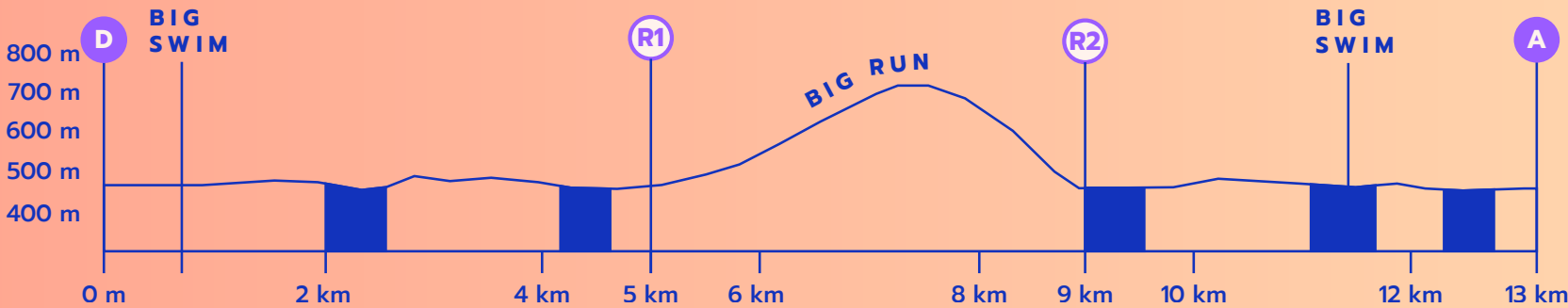
SWIMRUN

Sprint

13KM ▲ 400D+



TRAIL	SWIM
2,1	
	0,5
1,6	
	0,4
4;5	
	0,5
1,5	
	0,6
0,4	
	0,5
0,5	
10,6	2,5



PARTENAIRE OFFICIEL



PARTENAIRES INSTITUTIONNELS



FOURNISSEURS OFFICIELS



