



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE  
Préfecture des Côtes d'Armor

## La Marche Aquatique Côtière ou Longe Côte®

Plusieurs incidents et accidents nous amènent à faire un rappel réglementaire sur l'organisation de la pratique de cette activité.

### **I) Rappel des obligations liées à l'exploitation d'un établissement d'activités physiques et sportives (EAPS)**

Est considéré comme établissement d'activités physiques et sportives, toute personne physique ou morale, quel que soit son statut, qui organise une activité physique ou sportive

**I. 1- Obligation d'honorabilité de l'exploitant (Art. L212-9 et L322-1 CS)** Nul ne peut exploiter soit directement, soit par l'intermédiaire d'un tiers, un EAPS, s'il a fait l'objet d'une condamnation pour crime ou délits (violences ayant portées atteintes à l'intégrité physique ou psychique de la personne ; agressions sexuelles ; trafic de stupéfiant ; risques entraînant la mise en danger d'autrui ; proxénétisme ; mise en péril de mineurs ; usage de stupéfiants ; trafic de produits dopants ; infraction au code général des impôts) ou d'une mesure administrative d'interdiction de participer, à quelque titre que ce soit, à la direction et à l'encadrement d'institutions et d'organismes régis par les dispositions législatives ou réglementaires relatives à la protection des mineurs.

### **I.2 - Obligation de souscription d'un contrat d'assurance (Art. L 321-1 à L 321-9 et D 321-1 à D 321-5 du code du sport)**

L'exploitant souscrit un contrat d'assurance couvrant sa responsabilité civile, celle des enseignants et de tout préposé (salariés et bénévoles), ainsi que des personnes habituellement ou occasionnellement admises dans l'établissement pour y exercer les activités qui y sont enseignées (pratiquants). Ces garanties couvrent également les arbitres et juges, dans l'exercice de leurs activités. En général, ce contrat est annuel donc l'exploitant doit veiller à le renouveler. Les licenciés et les pratiquants sont considérés comme des tiers entre eux. Les associations et les fédérations sportives sont tenues d'informer leurs adhérents de l'intérêt que présente la souscription d'un contrat d'assurance de personnes couvrant les dommages corporels auxquels leur pratique sportive peut les exposer (par exemple : « individuelle accident »).

### **I- 3 Obligation générale de sécurité (CS, art. L322-2 et R322-7 )**

Les établissements où sont pratiquées une ou des activités physiques ou sportives doivent présenter pour chaque type d'activité des garanties d'hygiène et de sécurité définies par voie réglementaire. Les garanties d'hygiène et de sécurité et les normes techniques sont fixées par arrêté, pour les disciplines concernées, après avis de la fédération délégataire.

### **I-4 Obligation d'affichage dans un EAPS (CS, art. R322-4 et 5)**

Copies des diplômes, titres ou certificats de qualification professionnelle et des cartes professionnelles (attestation de stagiaire pour les personnes en formation)	Concerne uniquement éducateurs exerçant contre rémunération
Attestation du contrat d'assurance en responsabilité civile	Coordonnées de la compagnie d'assurance et du souscripteur. Numéro, garanties et période de validité du contrat. L'attestation doit être à jour !
Garanties d'hygiène et de sécurité et normes techniques	S'il y a lieu, les textes fixant les règles d'hygiène et de sécurité ainsi que les normes techniques (en l'absence de règlements étatiques, les règlements fédéraux constituent la référence).
Tableau d'organisation des secours	Adresses et n°de tél des personnes et organismes susceptibles d'intervenir en cas d'urgence

### **I-5 Obligation de moyens de secours et de communication (CS, art. R322-4)**

Les EAPS doivent disposer :

- d'une trousse de secours destinée à apporter les premiers soins en cas d'accident. Elle doit être accessible du public et repérable facilement ;
- d'un moyen de communication permettant d'alerter rapidement les services de secours

### **I-6 Obligation de déclaration de tout accident ou situation grave**

L'exploitant de l'établissement est tenu d'informer la DDSCS

- a) De tout accident grave ;
- b) De toute situation présentant ou ayant présenté des risques graves par leur probabilité et leurs conséquences éventuelles pour la santé et la sécurité physique ou morale des pratiquants.

## **II- La Marche Aquatique Côtière ou Longe Côte®**

### **II- 1 Qu'est ce que la MAC (Marche Aquatique Côtière) ou Longe Côte® ?**

Le Longe Côte® et la Marche Aquatique Côtière sont deux noms pour qualifier une même activité sportive. Le nom Longe Côte® est déposé à l'INPI ; son usage est régi par un avenant à la convention engageant la structure utilisatrice à respecter la réglementation de l'association "Les Sentiers Bleus" (Sécurité, formation et validation des encadrants, etc ...)

La Marche Aquatique Côtière (MAC) ou Longe Côte® est une activité sportive qui consiste à marcher en milieu aquatique au bon niveau d'immersion, c'est-à-dire avec une hauteur d'eau optimale située entre le nombril et les aisselles (immersion minimum au-dessus de la taille) avec et sans pagaie. Nous sommes bien en présence d'une activité de marche. Le déplacement est pédestre, il n'y a pas d'embarcation qui permettent un déplacement via flottaison. Le déplacement s'effectue en position verticale par appuis successifs sur le sol. La propulsion est assurée, essentiellement, par les membres inférieurs. Les membres supérieurs contribuent à l'équilibrage et à la propulsion soit directement, soit par l'intermédiaire d'outils (pagaie, gants palmés...) mais sans PMT<sup>1</sup> (Cf : Mémento Fédéral de la FF Randonnée délégataire de la discipline).



Cette définition fait apparaître que les cours en mer où la marche ne serait pas l'unique déplacement (en dehors de la phase d'échauffement) seront requalifiés en cours d'aquagym ou de natation. La réglementation sur l'encadrement de la baignade ou de la natation s'appliquera alors.



La réglementation sera différente en fonction de l'affiliation ou non de l'établissement organisant l'activité.

### **II) 2- Règles de Sécurité**

#### **1<sup>er</sup> cas : L'établissement est affilié à la FF Randonnée**

L'établissement est tenu de respecter les Règles Techniques et de Sécurité (RTS) mises en place par la fédération délégataire FF Randonnée.

Cette pratique s'effectue dans le cadre de séances encadrées.

La fédération déconseille fortement la pratique individuelle.

Elle se pratique sur un itinéraire adapté, connu et reconnu par un animateur marche aquatique côtière diplômé, dans différentes conditions de mer et de météo.

Règles relatives à un itinéraire de Marche Aquatique Côtière

L'itinéraire doit être situé :

- dans une zone d'eau maritime,

---

<sup>1</sup> palmes, masque, tuba

- principalement dans «la bande des 300 mètres», c'est-à-dire dans un périmètre où s'exerce la compétence des communes et de l'État en matière de sauvetage en mer (loi littoral du 3 janvier 1986) ;
- sur des plages de sable à faible devers ne présentant ni obstacle majeur, ni risque particulier.

Il doit être accessible à pied.

La pratique en eau douce (rivières, torrents, ruisseaux, etc...) est par conséquent exclue, pour des raisons de protection d'environnement.

Règles relatives à l'encadrement d'un groupe

Il existe deux types d'encadrants :

- **L'animateur Marche Aquatique Côtière** doit :

- Être titulaire du diplôme d'animateur Marche Aquatique Côtière ;
- Être capable d'organiser, conduire, animer et encadrer des groupes de marcheurs aquatiques dans les meilleures conditions de sécurité, sans choix délibéré d'itinéraire nécessitant l'utilisation de techniques de progression liées à la natation ;
- Avoir une bonne connaissance du lieu de pratique et en assurer sa reconnaissance au préalable de sa première utilisation ;
- Être capable de reconnaître, tester un itinéraire de marche aquatique côtière ;
- Nommer un assistant.

- **L'assistant Marche Aquatique Côtière** aide l'animateur. Il ne peut encadrer seul.

Il a pour mission de signaler à l'animateur toute situation gênant la progression d'un participant ou du groupe (exemple : bateau à proximité, malaise, perte d'appui, etc...).

Un groupe doit obligatoirement être encadré par un animateur Marche Aquatique Côtière diplômé et un assistant.

Un animateur Marche Aquatique Côtière et un assistant sont obligatoires pour encadrer un groupe de 20 pratiquants maximum.

1 animateur Marche Aquatique Côtière et 1 assistant supplémentaires seront obligatoires par tranche de vingt participants supplémentaires.

Le nombre d'encadrement doit systématiquement être adapté à l'état de mer et de la météo, et aux capacités physiques et de progression des pratiquants.

### **Règles relatives au matériel de sécurité**

L'animateur dispose à chaque sortie :

- D'un moyen de communication permettant d'appeler les secours en cas de nécessité ;
- D'un sifflet afin de pouvoir communiquer avec les autres encadrants ;
- Et d'une bouée tube.

L'assistant dispose à chaque sortie d'un sifflet afin de pouvoir communiquer avec les autres encadrants.

L'animateur et l'assistant doivent porter une tenue spécifique afin d'être plus facilement repérés par les participants.

### **Règles relatives à l'équipement des participants et encadrants**

Le port de vêtements en néoprène est conseillé: combinaison, shorty, gants, bonnet, etc .Ils devront être adaptés à l'état de la mer, à la configuration du lieu de pratique, à la température de l'eau et aux conditions météorologiques. Ils facilitent la flottabilité. Le port de chaussons aquatiques ou chaussures est obligatoire.

### **2<sup>ème</sup> cas : L'établissement n'est pas affilié à la FF Randonnée**

Toutes les règles indiquées précédemment ne s'appliquent qu'aux clubs affiliés à la FF Randonnée. Pour tous les autres organisateurs c'est l'obligation générale de sécurité et de moyens qui s'applique. Dans ce sens, il vous incombe de tout mettre en place pour assurer la sécurité des pratiquants et des encadrants.

Voici une liste non exhaustive de ce qui nous paraît important de mettre en œuvre ou de posséder :

- toute sortie est encadrée par deux personnes minimum (une dans l'eau, une à terre qui suit le groupe) ;
- matériel d'oxygénothérapie si les personnes qui encadrent ont une formation de secouriste, défibrillateur ;
- moyen de communication et numéro de secours avec un des encadrants ;
- procédure d'intervention en cas d'accident expliquant qui fait quoi et comment ;

- activité effectuée par binôme où chacun est responsable de son partenaire ;
- guide et serre file avec rôle expliqué avant le début de l'activité ;
- chaque pratiquant est équipé d'un équipement adapté le protégeant du froid et d'un sifflet pour alerter en cas de malaise ou problème ;
- choix du site adapté à la météo, au niveau des pratiquants et aux caractéristiques propres de la plage ;
- rappel des consignes d'encadrement et de sécurité avant mise à l'eau ;
- nombre de pratiquants adapté en fonction de leur niveau, des conditions météo, du site, des compétences de l'encadrant ;
- s'assurer que le jour de l'activité les pratiquants sont en bonne condition physique.

## **II- 3 Encadrement contre rémunération**

Compte tenu des risques encourus par les pratiquants, il est **très fortement recommandé** :

1° a minima une surveillance spécifique assurée par une personne titulaire du brevet national de sécurité et sauvetage aquatique (BNSSA) sur le fondement du code de la consommation L. 221-1 qui institue une obligation générale de sécurité en prévoyant que « les produits et les services doivent, dans les conditions normales d'utilisation ou dans d'autres conditions raisonnablement prévisibles par le professionnel, présenter la sécurité à laquelle on peut légitimement s'attendre et ne pas porter atteinte à la santé des personnes ».

2° et la détention de l'un des diplômes suivants (liste non exhaustive) :

- brevet professionnel de l'éducation populaire et du sport spécialité « activités aquatiques » (BPJEPS AA) assorti du certificat de spécialisation « surveillance et sauvetage en milieu aquatique » à jour du recyclage (CAEPMNS) ou brevet professionnel de l'éducation populaire et du sport spécialité « activités aquatiques et de la natation », (BPJEPS ANN) à jour du recyclage (CAEPMNS) ; à noter que dans ces deux cas de figure, la question de la surveillance spécifique évoquée au 1° est résolue étant précisé que les titulaires de ces diplômes ont le titre de maître nageur sauveteur ;
- brevet professionnel de l'éducation populaire et du sport spécialité « activités nautiques » (BPJEPS AN) quelle que soit la mention ;
- brevet professionnel de l'éducation populaire et du sport spécialité « activités gymniques de la forme et de la force » (BPJEPS AGFF) quelle que soit la mention ;
- brevet professionnel de l'éducation populaire et du sport spécialité « activités physiques pour tous » (BPJEPS APT) ;