

Demande de partenariat

**ASSOCIATION DÉFIS
SENTIERS OCÉANS (DSO)**

—
ÉVÈNEMENTS 2019





1. DÉFIS SENTIERS OCÉANS (DSO),
UNE ASSOCIATION ÉCORESPONSABLE,
PROCHE DE SON ENVIRONNEMENT TERRE
ET MER

2. LA TATIHOUGUE,
UN ÉVÉNEMENT SPORTIF UNIQUE ET
ÉCORESPONSABLE DANS LA BAIE DE LA
HOUGUE, LE DIMANCHE 7 JUILLET 2019

3. FOOLMOON TATIHOU SUP CHALLENGE,
UN WEEK-END SPORTIF ET FAMILIAL EN
STAND UP PADDE, ENTRE COMPÉTITION
ET DÉCOUVERTE, LE 21 & 22 SEPTEMBRE
2019

**4. POURQUOI SOUTENIR LES
ÉVÉNEMENTS DSO ?**

5. ILS NOUS FONT CONFIANCE

6. LE BUDGET DE DSO



NOS VALEURS

Une association dynamique et innovante

- Inventer des défis novateurs afin de découvrir de nouveaux sports
- Créer des expériences uniques où chacun peut vivre sa passion comme il le souhaite
- Encourager le dépassement de soi

Une association solidaire et sensible au développement durable

- Proposer des activités variées accessibles à tous
- Intégrer, mobiliser et rassembler les citoyens par le sport
- Sensibiliser les participants à la protection et la préservation de la Nature
- Organiser des événements sportifs respectueux de notre environnement

Une association au coeur du territoire

- Faire découvrir, dynamiser et promouvoir notre territoire, le Nord Cotentin

Defis sentiers océans —

**UNE ASSOCIATION ÉCORESPONSABLE,
PROCHE DE SON ENVIRONNEMENT
TERRE ET MER**

Défis sentiers océans, association Nord-Cotentine à loi 1901, regroupe les amoureux de la nature et du sport qui aiment partager des aventures hors du commun sur nos chemins et mers. À travers ces événements durables, DSO contribue au rayonnement et à la préservation de notre environnement.

Défis sentiers océans, fédère toutes les générations autour de 3 valeurs :

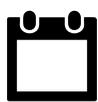
- **Défis sportifs et écologiques**, volonté de repousser ses limites ;
- **Sentiers, chasse, chemins...** Tous les lieux magnifiques que nous protégeons et où l'on est libre de marcher, courir ou rouler ;
- **Océans, environnement marin...** Ils entourent notre belle région et on les préserve.

NOS ÉVÈNEMENTS

Depuis 2013, une réelle dynamique s'est créée autour des Défis sentiers océans. Eté comme hiver, DSO organise des défis sportifs et durables mêlant nettoyage des plages et de la nature, nautisme, course, vélo, randonnée, marche aquatique,. Ces événements sont accessibles aux sportifs occasionnels et aguerris. Ils permettent une rencontre intergénérationnelle entre locaux et vacanciers.

Retour sur quelques événements aux couleurs de DSO :

20



ÉVÈNEMENTS ORGANISÉS

depuis 2013

Et bien plus !

RETROUVEZ L'ENSEMBLE
DE NOS ÉVÈNEMENTS
SUR NOTRE SITE WEB

<https://www.defisentiersoceans.com>

COURSE D'ORIENTATION

Juil.2013 - Quinéville



QUINE NO LIMIT

Août 2015 & 2016 - Quinéville

CANICROSS

Mars 2016 - Montebourg



FOOLMOON TATIHO SUP CHALLENGE

Sept. 2018 - Saint Vaast la Hougue

QUINE 360

Juil. 2017 - Quinéville

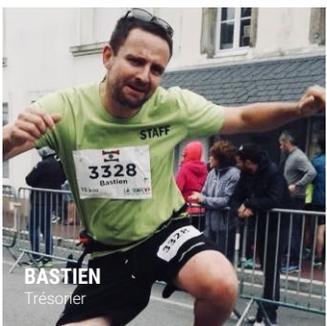
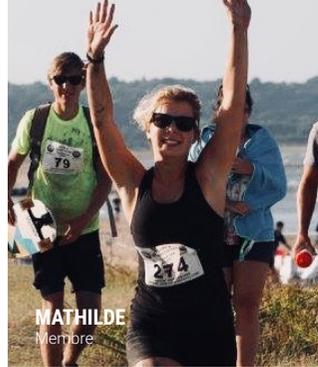


LA TATIHOUGUE

Juil. 2018 - Saint Vaast la Hougue

L'ÉQUIPE

Faire vibrer, émerveiller, générer du bonheur et de l'émotion sont les maîtres mots de l'équipe. Leur motivation, proposer des événements sportifs hors du commun dans un cadre exceptionnel. L'équipe DSO est toujours à la recherche d'originalité afin de faire découvrir de nouvelles activités.



Un grand merci

Lors de chaque évènement, nos bénévoles répondent présents pour assurer la sécurité à terre comme en mer, ou tenir les points de ravitaillement. Les succès DSO, c'est également grâce à eux !



La Tatihougue —

**UN ÉVÉNEMENT SPORTIF UNIQUE ET ÉCORESPONSABLE
DANS LA BAIE DE LA HOUGUE**

DIMANCHE 7 JUILLET 2019

Défis sentiers océans met le cap sur Saint-Vaast-La-Hougue dimanche 7 juillet 2019, pour sa **2ème édition de La Tatihougue**. Le concept innovant de cet événement est emprunté au **Swim & Run**, une discipline terre et mer inédite et recherchée, alliant course et natation. Nous attendons **400 participants** sur 3 courses.

L'association DSO est **la seule organisatrice de cette discipline dans la Manche**. Elle lance alors le défi aux sportifs débutants et aguerris : relier à la nage et à la course les deux Tours Vauban de la baie de Saint-Vaast-La-Hougue (Fort de la Hougue et Tour Vauban sur l'Île Tatihou). Le village d'arrivée sera installé, comme l'an passé, devant le Fort de la Hougue. Un départ secret est prévu pour



++ Zoom

QU'EST CE QUE LE SWIM&RUN?

La discipline Swim&Run est une alternance de natation en eau libre et de course à pied pratiquée en binôme dans le respect de l'environnement marin et terrestre. Reliés par une corde, les sportifs courent avec leur combinaison, et bonnet et nagent avec leurs chaussures. La plupart des aides sont permises : lunettes, plaquettes, longes de traction, aide à la flottaison, palmes... Imagination doit rimer avec efficacité ! La discipline se développe un peu partout en Europe mais nous vient de Suède en 2002.

TROIS PARCOURS

- La «**Course Elite**» avec un parcours de 18,5km comprenant 15 km de course à pied, entrecoupés de 3,5 km de natation.
- La «**Course Confirmé**» de 11km, qui compte 8,5km de course et 2,5km de natation.
- La «**Course Découverte**» de 5km, soit 4,3km de course et 650m de natation.



UN ÉVÉNEMENT ÉCORESPONSABLE QUI RESPECTE NOTRE ENVIRONNEMENT

Le respect de l'environnement est au cœur de l'événement. L'association, ses bénévoles et partenaires œuvrent en faveur d'une valeur commune : le développement durable.

La mise en valeur de notre environnement marin et terrestre très riche se fait dans une démarche écoresponsable: tri des déchets, utilisation de couverts recyclables, ravitaillement local, bio et de saison (La Verdura ; Biscuiterie de Quinéville), bière locale de Quettehou (La Chinquante), goodies écolos (écocup, totebag), rôtisserie assurée par une association caritative avec de la viande locale, repas bénévole offert par Carrefour Market de Quettehou.

UN VILLAGE FESTIF ET DURABLE AUTOUR DU FORT VAUBAN

Un village festif et durable s'installera : des acteurs locaux feront découvrir aux participants et visiteurs leurs spécialités locales (Gosselin, Huîtres St-Vaast, Miel, Brioche Vaast, fanfare), et des stands les sensibiliseront à la préservation de l'environnement (tri des déchets, gaspillage, association écoresponsable). Ce sera plus de 1000 personnes présentes sur le site de de la Hougue !

La Tatihougue valorise notre patrimoine culturel : les Fortifications Vauban de Saint- Vaast-La-Hougue et de l'Île Tatihou sont classées patrimoine mondial de l'UNESCO.

Foolmoon Tatihou sup challenge

UN WEEK-END SPORTIF ET FAMILIAL
EN STAND UP PADDLE

21 // 22 SEPT. 2019



De nouveau **précurseur dans ce type d'événement** dans le département, DSO organise, pour sa 2ème édition, une course de Stand Up Paddle à Saint-Vaast-La-Hougue samedi 21 et dimanche 22 septembre 2019. Nous attendons près de 350 personnes sur site.

Le **respect de l'environnement** est, là encore, **au cœur de l'évènement**. Véritable « stade nautique », la baie de Saint-Vaast offre aux amoureux de la nature et de la mer un terrain de jeu idéal pour dépasser ses limites ou profiter d'un week-end placé sous le signe **écocorrect** et de la convivialité.

Un **village festif** au bord de la plage permettra aux acteurs locaux de faire déguster leurs produits. Des **stands sensibiliseront à la préservation de l'environnement marin**. Des **découvertes gratuites de paddle** seront proposées. Il y aura autour de **500 spectateurs** vu l'emplacement privilégié de la manifestation.

80 participants confirmés seront au départ de la grande course de la plage vers **L'Île Tatihou**. Les 15 premiers de ce challenge seront sélectionnés pour participer le lendemain à une course en **Down Wind** (vent de dos, conditions très recherchées par les experts), au départ des Îles Saint-Marcouf. Des **Beach race** (sprint de courtes distances), de la marche aquatique et des initiations seront proposées aux plus novices ; sur la plage le samedi et au Fort de la Hougue le dimanche.



++ Zoom

QU'EST CE QUE LE SUP ?

La discipline Stand Up Paddle (SUP) est un sport de glisse et de rame, où les sportifs se tiennent debout sur la planche avec une pagaie dans les mains pour avancer.

Soutenir nos événements. pourquoi ?

DSO est une association à fort ancrage local, elle est porteuse de valeurs fortes comme le respect de l'environnement, la valorisation de son territoire, le dépassement de soi et l'esprit d'équipe, valeurs auxquelles votre entité sera associée. **L'association est ouverte aux divers types de partenariats, faites preuve d'imagination...**

Nous pouvons vous proposer :



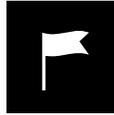
UNE PRÉSENCE VISUELLE PAR DES GOODIES



ECOCUPS
pour les ravitaillements



POLOS BENEVOLES
floqués aux couleurs de
l'évènement (X50)



BANDEROLES // ORIFLAMMES
podiums, bateau sécurité, photos



BONNETS DE BAIN
floqués aux couleurs de
l'évènements

UN NAMING & DU TEAM BUILDING : UNE COURSE À VOTRE NOM OU RÉSERVÉE À VOS SALARIÉS

- Une course qui porte le nom de votre entreprise
- Team building : une course réservée à vos salariés
- L'évènement porte le nom de votre entreprise (Ex : notre événement Foolmoon Tatihou SUP Challenge qui porte le nom de la marque de paddle Foolmoon)

UNE PRÉSENCE PHYSIQUE – STAND DANS LE VILLAGE FESTIF

ANIMATION

Thème de l'eau, de l'environnement



REMISE DES PRIX

Prix & lots pour les vainqueurs



ÊTRE CITE PAR LE SPEAKER

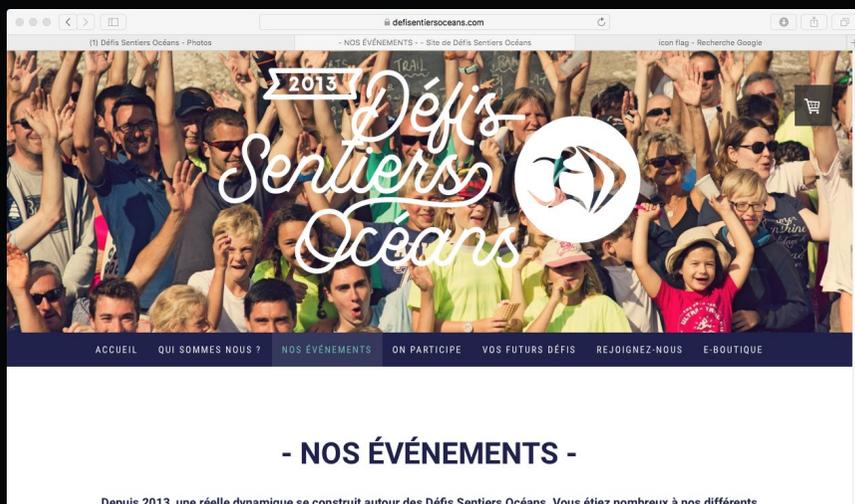
Journée + Remise des prix





UNE VISIBILITÉ : VOTRE LOGO SUR NOS SUPPORT

- Affiches & flyers réalisés en internes
- Réseaux sociaux
- Site internet
<https://www.defissentiersoceans.com>
- Vidéo aftermovie avec des images magnifiques qui marquent l'esprit



On nous suit !

AVEC PLUS DE 870 ABONNÉES,
NOS ÉVÈNEMENTS ONT UNE
RÉELLE VISIBILITÉ SUR FACEBOOK

 **REJOIGNEZ-NOUS**
@defissentiersoceans

ÉVÉNEMENT. Tours Vauban à l'UNESCO

Ils ont imaginé La Tathougue

ST-VAAST-LA-HOUGUE 08 JUILLET

DSO PRÉSENTE
LA TATHOUGUE SWIM & RUN

18.00€ PARCOURS ELITE EN BINÔME
500m - 1000m - 1500m - 2000m - 3000m - 4000m - 5000m - 6000m - 7000m - 8000m - 9000m - 10000m

7.00€ PARCOURS DÉCOUVERTE EN BINÔME
500m - 1000m - 1500m - 2000m - 3000m - 4000m - 5000m - 6000m - 7000m - 8000m - 9000m - 10000m

PLUS D'INFORMATIONS: 06 72 64 69 81 ou DEFES@STVAAST.COM

→ La Tathougue : un parcours élite et un parcours découverte, le 8 juillet prochain.

« VOTRE PROCHAIN ? » Nager et courir dans un décor de rêve en solo ou en duo ! - L'événement a été dévoilé le 18 avril : l'association Défis Sentiers Côtiers (DSO), basée à Quinéville, organise une Swim & Run le 8 juillet à Saint-Vaast-la-Hougue dans le cadre des festivités pour le 10^e anniversaire du classement des tours Vauban de La Hougue et Tathou au patrimoine mondial de l'UNESCO. Le rendez-vous est fixé.

À la demande du conseiller municipal délégué au tourisme, Daniel Simon, DSO s'est engagée sans hésiter dans l'organisation de ce qu'elle a baptisé La Tathougue. Aussi-tôt annoncée, cette rencontre entre course et nage, a déclenché des réactions très positives sur les réseaux sociaux. « Vous avez été très nombreux à réagir suite à l'annonce du nouvel événement DSO La Tathougue », souligne l'organisation sur Facebook.

Née en Suède

Elle y précise aussi de quoi il s'agit : « Née en Suède, la discipline Swim & Run est une alternance de natation et de course à pied. Parcours découverte : 4,5 kilomètres avec 3,8 km de course à pied entrecoupés de 600 mètres de natation en eau libre. Parcours Elite : 12,8 km avec 10,3 km de course à pied entrecoupés de 2,5 km de natation en eau libre.

C'est une course en solo (généralement pour le parcours découverte) ou en binôme. Dans les courses en binôme, les participants sont reliés par une corde. Il n'est donc pas possible de se relayer.

Relier les deux tours

L'idée est de relier les deux tours Vauban. « La plus sportive », précise Guillaume Evrard, président de DSO, « est un aller-retour entre le port de Saint-Vaast et l'île Tathou. Cette épreuve s'adresse aux triathlètes et trailers confirmés. En parallèle de ce parcours Elite, on organise une course découverte beaucoup plus accessible, afin de faire découvrir la discipline. Départs et arrivées se feront au pied de La Hougue. »

DSO, née pour proposer des défis à tous les amoureux de sports de nature, organise depuis 2013 plusieurs événements populaires à Montebourg, Quinéville, Ecausseville. Pour le Téléthon notamment, et pour animer la saison estivale. « L'été dernier », ajoute Guillaume Evrard, « nous avons eu 300 personnes sur les 6 heures de Quinéville. Et l'année d'avant, 500 personnes au départ de la course d'obstacle Quiné No Limit. »

G.L.
➔ Plus d'informations au 06 72 64 69 81 et sur defes@stvaast.com.

Tathougue célèbre les tours Vauban

Saint-Vaast-la-Hougue — Dimanche 8 juillet, il faudra rallier les tours Vauban à la force des bras et des jambes. Un swim and run original pour fêter les dix ans de leur inscription à l'Unesco.

Le rendez-vous

La Tathougue, c'est la grande manifestation estivale qui marquera le 10^e anniversaire de l'inscription des deux tours Vauban au patrimoine mondial de l'Unesco. Une course, qui aura lieu dimanche 8 juillet, à l'initiative de Daniel Simon, conseiller municipal élu de sport. « Je souhaitais que ce soit une animation sportive fédératrice qui marque l'événement et surtout qui mette les deux tours à l'honneur. »

L'élu s'est alors rapproché de l'association multisport DSO (Défis sentiers côtiers) et de son président, Guillaume Evrard. « On propose, chaque année, la course du Run vers Tathou, mais rien qui allie les deux tours. Ce sera chose faite », poursuit Daniel Simon. « On a créé l'association DSO en 2013 avec pour but d'organiser deux à trois manifestations sportives avec difficultés à la clé, chaque année », explique Guillaume Evrard. L'an dernier, c'était la Quiné 360. « Ce fut un défi sportif d'une durée de six heures. »

Swim et run, traduire nager et courir, est l'épreuve sportive proposée le 8 juillet pour célébrer les tours Vauban. « Cette course entre les deux tours en aller et retour se disputera uniquement en binôme mixte ou unisexé. Les binômes seront reliés par une ligne de vie de 10 m », poursuit Guillaume Evrard.

Deux parcours

Deux parcours seront proposés : un pour les sportifs aguerris, un autre plus populaire. « Le parcours élite comportera 11,5 km de course à pied, en plusieurs sections, et 2,4 km de nage, soit deux fois 900 m du port à l'île Tathou aller-retour et deux fois 300 m. » Le nombre de binômes est limité à 30 équipes. « Il faudra courir et nager en baskets et être en bonne condition physique. »

Le parcours découverte se déroulera, lui, autour de la tour de la Hougue sur 4 km, en solo ou à deux. « Il comportera 3,2 km de course et deux fois 300 m de nage », déclare Guillaume Evrard. Une cinquantaine de bénévoles



Guillaume Evrard (à gauche) et Daniel Simon ont choisi le sport pour mettre les tours Vauban à l'honneur.

seront mobilisés à la sécurité en mer et sur terre. « Une manifestation de ce type est une première dans la Manche, c'est entre le trail et la nage. Ce genre de sport prend de l'ampleur car il rassemble des valeurs proches de la nature », conclut

Guillaume Evrard, qui souhaite organiser l'épreuve chaque année.
Dimanche 8 juillet. Tathougue swim et run. Renseignements : tél. 06 72 64 69 81 ou DEFES@STVAAST.COM

UNE VISIBILITÉ DANS LA PRESSE & RADIO FRANCE

- La Presse de la Manche
- Ouest France
- La Manche Libre
- Actu.fr
- Revue «c'est à Cherbourg»

Paddle : une compétition autour de Tathou

Saint-Vaast-la-Hougue — Samedi 15 septembre, les passionnés de paddle vont se retrouver sur la plage saint-vaastaise pour la Foolmoon Tathou, la première compétition du genre.

Le rendez-vous

Pour Rémi Belan, expert en paddle qui a réalisé, il y a deux ans, le tour de la Manche sur sa planche gonflable et pour Guillaume Evrard, à la tête de Défis Sentiers Côtiers, l'idée de proposer une compétition de paddle qui mat depuis quelques années. « On cherchait à proposer un événement terre et mer et vu qu'aucune course de paddle n'existait dans le Cotentin, nous avons lancé le projet », expliquent les deux protagonistes qui, il y a deux ans, se sont refusés l'organisation d'une course Saint-Vaast les îles Saint-Marcouf en paddle. « La préfecture a refusé le projet pour des raisons de sécurité. »

Si de nombreux sports nautiques sont démocratisés, le paddle voit ses pratiquants croître au fil des années. « Ce sport émerge depuis dix ans. Il prend de l'ampleur et le matériel est devenu financièrement abordable et facile à transporter avec des paddles gonflables », déclare Guillaume Evrard. « Il y a dix ans, on voyait deux à trois paddles sur le littoral et, aujourd'hui, on les compte par centaines. C'est une activité qui peut se pratiquer sur lac, rivière et mer. »

Chaque mois de décembre, Rémi Belan est sur la Seine pour une descente en paddle. « Nous sommes 800 en ouverture du Nautic de Paris. »

Super challenge

Samedi 15 septembre, la compétition



Rémi Belan et Guillaume Evrard innovent avec la Foolmoon Tathou en paddle, samedi 15 septembre. (Photo: Marc GUYARD)

debutera à midi sur la plage saint-vaastaise. Trois animations seront proposées avec, en pont d'orgue, le challenge Foolmoon Tathou super challenge. « Il s'agit de deux parcours : 7 et 14 km autour de l'île Tathou. Trois catégories seront représentées : femmes, hommes et juniors. Le balisage et le sens de rotation seront définis selon la météo du jour. « Le nombre de com-

petiteurs est limité à 50 paddles. « C'est en accord avec la préfecture maritime pour la sécurité. Nous aurons dix bateaux et trente bénévoles pour la sécurité », insistent les organisateurs. Un challenge découverte du paddle sera proposé non loin de la plage. « Il s'agira d'un petit parcours qui sera ouvert gratuitement à tous. » Des paddles et des équipements

seront également mis à la disposition du public qui souhaiterait s'initier à ce sport. Rémi Belan et Guillaume Evrard espèrent que ce challenge en paddle puisse être organisé chaque année. Foolmoon Tathou paddle, renseignements : tél. 06 72 64 69 81 ou [journal@defes@stvaast.com](mailto:DEFES@STVAAST.COM).

Saint-Vaast-la-Hougue

Première Foolmoon paddle : une réussite

Le succès

Quand un essai se transforme en coup de maître, c'est l'histoire de cette première édition de la Foolmoon paddle. Samedi 15 septembre, ils étaient une cinquantaine de sportifs à s'élancer du rivage saint-vaastais pour deux parcours de 7 et 14 km autour de l'île Tathou. « Les compétiteurs sont venus de toute la Normandie et de région parisienne », déclarent, enthousiasmés, Rémi Belan et Guillaume Evrard, les organisateurs.



Il s'était une cinquantaine à prendre la direction de l'île pour effectuer le tour en paddle. (Photo: Marc GUYARD)

Les concurrents

Entre passionnés et acharnés de compétitions, ils étaient tous là sur le plan d'eau. Parmi eux, Marilyn Ackermann, 41 ans, de Saint-Aubin-sur-Mer (Calvados). « On fait pas mal de compétitions avec mon mari et le paddle est l'occasion de se déplacer en famille. On prend du plaisir en faisant notre sport et les enfants profitent de l'environnement. C'est tout d'abord un sport de découverte. » Pour Antonin Faure, 21 ans, de

Aujourd'hui, Antonin est dans le top 20 du championnat de France de paddle sur 80 participants.

L'avenir

Il sera sur l'eau pour les organisateurs qui comptent rééditer la manifestation l'an prochain. « Ce sera sous la même forme mais on réfléchit à de nouveaux parcours », insistent Rémi Belan et Guillaume Evrard. Les initiatives seront reconduites ainsi que les



Ils nous font confiance



« DSO est une association locale au rayonnement extra départemental : elle déplace les amateurs de sports-challenges. Cette année encore DSO propose une aventure extérieure de qualité et ouverte à tous. Le dépassement de soi n'a pas d'âge ! DSO et Gosselin ont des valeurs en commun : l'investissement, la qualité, la remise en question et l'innovation. »

– **M.BESSELIÈVRE, GOSSELIN**

« Nous soutenons DSO depuis sa création car nous partageons les mêmes valeurs : travailler et organiser des événements au cœur d'une nature préservée, et mettre en avant notre région pour son développement économique, culturel et social. »

– **ALAIN COTTEBRUNE, LA VERDURA**

« Nous soutenons les manifestations de DSO car dans une mesure plus «économique» nous appliquons et partageons les mêmes valeurs : dynamisme, travail d'équipe, exigence et dépassement de soi, animent notre quotidien. »

– **ALAIN MELIQUE, BISCUITERIE DE QUINEVILLE**

Contactez-nous

MATHILDE TIRAPU

EN CHARGE DES PARTENAIRES DSO

–

06.05.48.45.67

mathildetirapu06@gmail.com