Guide Médical des Jeux Africains de Plage de Sal 2019

Table des Matières

NOTRE ÉQUIPE MEDICALE DE SAL 2019 3
EN PRÉPARATION DES JEUX AFRICAINS DE PLAGE DE SAL 2019 6
- Couverture Médicale 6
- Assurance Accidentelle Individuelle 6
- Assurance Responsabilité Médicale et Responsabilité Civile Professionnelle 6
- Médecins et Praticiens de la Santé des CNOs 7
- Vaccination Contre la Fièvre Jaune 7
- Ebola 7
- Entrée au Cap-Vert avec Médicaments et Dispositifs Médicaux 8

NOS ÉTABLISSEMENTS MÉDICAUX, PARTENAIRES DE SAL 2019 9
- Hôpital Local d'Espargos 9
- Clinitur 9

NOS SERVICES MÉDICAUX 10
- Au Village des Athlètes 10
- A l'Hôtel de la Famille des Jeux 10
- Aux Sites d'Entraînement 11
- Au Beach Park 12

INFORMATION UTILES 15
- Numéro d'Urgence 15
- Se Protéger du Soleil 15
- Risques liés à la Chaleur et Maintien au Frais 16
- Moustiques et Insectes 16
- Gastro-entérite et Autres Maladies 16
- Hygiène des Mains 17

NOTRE ÉQUIPE MEDICALE DE SAL 2019

Sal 2019 a la chance de pouvoir compter sur un personnel médical expérimenté, qu'il s'agisse de médecins, d'infirmières ou de physiothérapeutes. L'équipe médicale Sal 2019 est à votre entière disposition pour toute la durée des premiers Jeux Africains de Plage, dès l'ouverture du Village le 12 juin 2019 et ce jusqu'au 24 juin 2019.

Médecins Praticiens

Dr. Didier Patrick Andrade	Directeur Médical en Chef de Sal 2019	
Dr. Jose Rui Moreira	Délégué de Sante Hospital d'Espargos	
Dr. Luis Arturo Reys	Médecin Praticien de l'Armée	
Dr. Bienvenido Diaz Rodriguez	Médecin Praticien de l'Armée	

Dr. Nuno Miguel Duarte Martins	Médecin Praticien	
Dr. Mário Sena	Médecin Praticien	
Dra. Khadidja Carvalho	Médecin Praticien	
Dr. Mário Évora	Médecin Praticien	

Infirmiers

Hermina Cabral	Infirmière de l'Armée	

Rolando Monteiro Infirmier de l’Armée

Physiothérapeutes

Une équipe de physiothérapeutes expérimentés sera également disponible pendant toute la durée de l'événement.

Chacun de nos physiothérapeutes démontre des compétences avancées dans la promotion de la santé pour la participation sans danger à des activités physiques, la prestation de conseils et l'adaptation d'interventions de réadaptation et d'entraînement, dans le but de prévenir les blessures, de rétablir un fonctionnement optimal et de contribuer à l'amélioration de la performance sportive des athlètes de tout âge et de tout niveau, tout en assurant une pratique professionnelle et éthique élevée.

Protection Civile

En plus de l'équipe médicale de Sal 2019 mentionnée ci-dessus, nous sommes très heureux de bénéficier de l'expérience de l'équipe de la Protection Civile de l’ile de Sal, coordonnée par M. Hedercio Gomes et son chef d'équipe M. Alberto Gomes. Les membres de l'équipe de la Protection Civile de l’ile de Sal comprennent :

- João Silva
- Nelson Pina
- Ivan Delgado
- Richard Santos
- Hélder Baia
- José Cabral
- Ailine Melício
- Ruben Brito
- Arlindo Brito
- Davidson Nunes
- Sílvio Stallone
- Maria Lopes
- Dilson Reis
- Alderson Santos
- Rui Medina
- Erick Ramalho
- Denise Almeida
- Mauricio da Luz
- Gilberto Monteiro
- Maria Santana
- Katlenne Silva
- Arlindo Monteiro
- Lisandro Lopes
- Rizania Lima
- Maria Santana Lima

EN PRÉPARATION DES JEUX AFRICAINS DE PLAGE DE SAL 2019

Couverture Médicale

En plus de la politique d'assurance limitée pendant la période du 12 au 24 juin 2019 à tous les membres accrédités de la famille des Jeux, notamment en cas de rapatriement pour raisons médicales, Sal 2019 fournira gratuitement des soins médicaux de bases, des soins d'urgence ainsi que des services ambulanciers vers nos établissements médicaux, partenaires de Sal 2019.

Les CNOs doivent souscrire à leur propre assurance-maladie privée si nécessaire.

Sal 2019 recommande aux CNOs de souscrire à une assurance pour couvrir les frais médicaux encourus par tous les membres de CNO, pour les cas suivants :

- Séjour ou entrainement au Cap-Vert avant le 12 juin 2019 ;
- Séjour ou entrainement au Cap-Vert à tout endroit autre que des installations fourni et géré par Sal 2019, entre le 12 et le 24 juin 2019 ;
- Séjourner au Cap-Vert après le 24 juin 2019 ;
- Voyager dans n'importe quel autre pays ou territoire à destination ou en provenance du Cap-Vert.

Assurance Accidentelle Individuelle

Sal 2019 offrira aux membres accrédités de la Famille des Jeux l'accès à une assurance accident personnelle limitée, dans l'éventualité où une personne assurée subirait un décès ou des blessures invalidantes permanentes au cours de Sal 2019.

L'assurance rapatriement médical couvrira les CNOs accrédités en cas de blessure pendant les Jeux en s'assurant que la personne soit rapatriée chez elle. En cas de décès, cela couvre également les frais de transport et les frais funéraires.

L'assurance accidents personnels fournie aux CNO par Sal 2019 ne couvrira pas les coûts découlant d'une maladie, ni les coûts associés aux traitements médicaux requis pendant la période des Jeux.

Les CNOs devraient souscrire une assurance voyage appropriée pour couvrir les frais médicaux (et autres) qui pourraient survenir pendant la période du voyage.

Assurance Responsabilité Médicale et Responsabilité Civile Professionnelle

Il est fortement recommandé aux CNOs de s’assurer que les professionnels de la santé bénéficient d'une couverture adéquate dans le cadre de leurs assurances habituelles. Sal 2019 ne fournira pas d'assurance responsabilité médicale ou d'assurance responsabilité civile professionnelle pour couvrir les activités des professionnels de la santé des CNOs.

Médecins et Praticiens de la Santé des CNOs

Sal 2019 n'assumera aucune responsabilité pour les soins de santé fournis aux membres de l'équipe des CNOs par le personnel médical de l'équipe des CNOs. Les médecins et les praticiens de la santé des CNOs ne sont autorisés à fournir des services médicaux qu'aux membres de leur propre CNO.

Vaccinations de Routine

Les personnes doivent s'assurer que leurs vaccins sont à jour avant de se rendre au Cap-Vert. Il s'agit notamment des vaccinations de routine (comme la vaccination contre le tétanos, la diphtérie, la coqueluche, la rougeole, les oreillons, la rubéole et la poliomyélite), des vaccins requis pour les risques professionnels, les risques liés au mode de vie ou les conditions médicales sous-jacentes, et du vaccin contre la grippe saisonnière actuel. Il est recommandé de consulter votre médecin six à huit semaines avant votre arrivée au Cap-Vert.

Vaccination Contre la Fièvre Jaune

Bien qu'il n'y ait pas de risque de fièvre jaune au Cap-Vert, un certificat de vaccination contre la fièvre jaune est obligatoire pour les voyageurs âgés de plus d'un an en provenance de tout pays participant.

La vaccination doit avoir été effectuée au moins 10 jours avant le voyage.

Les voyageurs qui ne sont pas en mesure de fournir leur certificat de vaccination contre la fièvre jaune se verront refuser l'entrée au Cap-Vert.

Ebola

Veuillez noter que l'équipe médicale de Sal 2019 suit de près l'épidémie d'Ebola en République Démocratique du Congo.

À ce jour et selon les recommandations de l'OMS, il ne s'agit pas d'une urgence de santé publique de portée internationale. A la lumière de l'avis du Comité d'urgence, l'OMS déconseille l'application de toute restriction au voyage ou au commerce.

Cependant, le fait qu'il n'ait pas été déclaré comme urgence de santé publique ne fait aucune différence dans notre engagement ou notre capacité à éviter tout risque sanitaire de la part de la République Démocratique du Congo et de ses pays voisins lors de leur venue au Cap-Vert pour les Jeux.

Ainsi, un dispositif pourrait être mis en place à l'arrivée à l'aéroport.

Entrée au Cap-Vert avec Médicaments et Dispositifs Médicaux

Les CNOs et les athlètes doivent se conformer à toutes les exigences du Gouvernement du Cap-Vert concernant l'introduction de médicaments et de dispositifs médicaux au Cap-Vert.

Le gouvernement du Cap-Vert permettra aux CNOs d'apporter la plupart des médicaments et des dispositifs médicaux au Cap-Vert lors de leur visite pour participer aux Jeux Africains de Plage.

Veuillez noter que les opiacés et leurs dérivés sont strictement interdits au Cap-Vert.

NOS ÉTABLISSEMENTS MÉDICAUX, PARTENAIRES DE SAL 2019

Hôpital Local d'Espargos

L'hôpital local d'Espargos est le premier établissement médical partenaire des Jeux Africains de Plage de Sal 2019 pour tous les participants accrédités qui peuvent avoir besoin d'un transfert pour un diagnostic et un traitement supplémentaire.

Clinitur

Sal 2019 a également sécurisé les services médicaux d'une clinique privée, Clinitur, en face du Beach Park pour les procédures d'urgence.

Clinitur offre une vaste gamme de services médicaux, allant des consultations avec des omnipraticiens et des spécialistes aux services de laboratoire, radiographie, électrocardiogramme, tomographie et services dentaires.

Bénéficier de Clinitur en tant qu'établissement médical partenaire pour les services d'urgence est une valeur ajoutée aux services médicaux de pointe que nous visons à fournir lors des premiers Jeux Africains de Plage.

NOS SERVICES MÉDICAUX

Au Village des Athlètes

Les appartements 1167 and 1168 sont alloués respectivement pour les services médicaux et la salle dédiée à la physiothérapie. Ces deux services seront opérationnels du 12 jusqu'au 24 juin.

Soins Médicaux 24h/24 7j/7

L'équipe médicale de Sal 2019 fournira une gamme de services médicaux complète à toutes les personnes accréditées au Village des Athlètes 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Les équipes médicales des CNOs sont encouragées à contacter l'équipe médicale de Sal 2019 si elles souhaitent utiliser ces services.

Les médecins offriront des conseils d'ordre médical et les soins médicaux seront immédiats pour permettre à chaque groupe de fonctionner pendant les Jeux. Des services de premiers secours seront également fournis dans l'ensemble des postes de services médicaux et des services d'ambulance seront disponibles pour fournir des soins médicaux d'urgence et des moyens de transport vers nos établissements partenaires des Jeux de Sal 2019, si nécessaire.

Physiothérapie

Les physiothérapeutes ont été formés à l'utilisation de la thérapie par l'exercice afin de renforcer les muscles et améliorer la fonction. Il a été scientifiquement prouvé que les exercices de physiothérapie sont l'un des moyens les plus efficaces de résoudre ou de prévenir la douleur et les blessures. La physiothérapie sportive est la branche spécialisée de la physiothérapie, qui s'occupe des blessures et des problèmes liés aux athlètes. Les blessures sportives diffèrent des blessures quotidiennes. Les athlètes ont normalement besoin de performances de haut niveau et d'exigences élevées pour leur corps, ce qui sollicite leurs muscles, leurs articulations et leurs os jusqu'à leurs limites.

Ainsi, une salle réservée à la physiothérapie sera mise à la disposition des athlètes au Village des athlètes dans la zone médicale, située dans le bloc B11. N'hésitez pas à consulter l'équipe médicale de Sal 2019 pour avoir accès à cet établissement.

Les services de physiothérapie seront opérationnels pendant toute la durée de l'événement, de 8h à 20h, et seront offerts selon le principe du premier arrivé, premier servi.

A l'Hôtel de la Famille des Jeux

Les services médicaux seront fournis à l'hôtel de la Famille des Jeux, le Melia Llana, sur demande, avec accès à une ligne d'assistance médicale 24 heures sur 24 en dehors des heures d'ouverture prévues de la clinique.

Aux Sites d'Entraînement

À l'exception des sites d'entraînement du Beach Park, tous les autres sites d'entraînement se trouvent dans des lieux publics près de la plage de Santa Maria. Sal 2019 ne fournit aucune assistance ou service sur ces sites.

Sport	Entraînement Disponible **Sous réserve de modifications*	Site d'Entraînement
Athlétisme	12 – 15 Juin 2019	Non supervisé Itinéraire suggéré : route de Santa Maria à Murdeira **Il n'y a qu'un trottoir de Santa Maria à Vila Verde*
Basketball 3x3	17 – 18 Juin 2019	Beach Park Arène 3
Handball de plage	12 – 13 Juin 2019	Beach Park Arène 1
Football de plage	17 – 18 Juin 2019	Beach Park Arène 1
Tennis de plage	12 – 15 Juin 2019	Beach Park Arène 2
Volleyball de plage	17 – 18 Juin 2019	Beach Park Arène 2
Aviron côtier	12 – 13 Juin 2019	Océan
Football acrobatique	12 – 15 Juin 2019	Tout ce qu'il faut, c'est un ballon
Karaté Kata	12 – 13 Juin 2019	Beach Park Arène 3
Kiteboarding	17 – 18 Juin 2019	Non supervisé Itinéraires suggérés : • Plage de Santa Maria • Plage de Kite Beach • Plage de Ponta Preta
Nage en eau libre	12 – 15 Juin 2019	Non supervisé Itinéraire suggéré : plage de Santa Maria entre l'hôtel Belorizonte et l'hôtel Pontão.

Au Beach Park

Aperçu du Beach Park

Le Beach Park de Sal 2019 est situé sur la plage de Santa Maria. Le Beach Park est composé de 3 arènes sportives avec des places assises pour les spectateurs et d'une seule arène debout pour les sports nautiques.

Arène	Capacité	Sports
Arène 1	3000 places	Football de plage, Handball de plage
Arène 2	2000 places	Volleyball de plage, Tennis de plage
Arène 3	1500 places	3x3 Basketball, Karaté Kata, Football acrobatique
Arène 4	Océan	Kiteboarding, Nage en eau libre, Aviron côtier

Le Beach Park disposera également d'une scène dans l'espace commun central pour les spectacles culturels et musicaux.

Calendrier des Compétitions Sportives

Le calendrier des compétitions sportives (annexe 1) a été divisé en deux groupes afin de faciliter non seulement la logistique des équipes mais aussi les liaisons aériennes.

Group 1			
Sport	**Code**	**Évènement**	**Dates de Compétition**
Athlétisme	**ATH**	Semi-Marathon	16 Juin 2019
Handball de plage	**HBH**	Par équipe	14 – 16 Juin 2019
Tennis de plage	**TBT**	Hommes/Femmes/ Mixte	14 – 16 Juin 2019
Aviron côtier	**RBS**	Simples/Mixtes	14 – 15 Juin 2019
Football acrobatique	**FFS**	Routine/Bataille	16 Juin 2019
Karaté Kata	**KTE**	Kata – Individuel	14 Juin 2019
		Kata – Par équipe	15 Juin 2019
Nage en eau libre	**OWS**	Course de 5km	16 Juin 2019

Group 2			
Sport	**Code**	**Évènement**	**Dates de Compétition**
Basketball 3x3	**BK3**	Compétition de tir	22 Juin 2019
		Compétition de dunk	22 Juin 2019
		Par équipe	18 – 23 Juin 2019
Football de plage	**FBS**	Par équipe	19 – 23 Juin 2019
Volleyball de plage	**VBV**	Hommes/Femmes	18 – 23 Juin 2019
Kiteboarding	**KBD**	Foil/TwinTip	18 – 23 Juin 2019

Équipes Médicales sur le Terrain

Les services de médecine sportive sur le terrain pendant la compétition seront fournis dans toutes les arènes pendant chaque session. L'équipe médicale sur le terrain sera dotée de personnel adéquate en fonction du niveau de risque du sport, du nombre d'athlètes participants et des exigences de la Fédération Internationale (FI).

Les athlètes qui sont blessés ou qui ne se sentent pas bien pendant la compétition peuvent, le cas échéant, être traités sur le terrain avant d'être conduits aux postes médicaux dédiés aux athlètes dans le Beach park. Les athlètes qui ont besoin d'un traitement supplémentaire seront transférés à l'établissement médical désigné par le service ambulancier.

Postes Médicaux dédiés aux Athlètes et Zones de l'Equipe Médicale pour les CNOs

Si besoin est, les services médicaux seront fournis dans les deux postes médicaux dédiés aux athlètes dans le Beach Park.

Ces postes médicaux dédiés aux athlètes seront opérationnels avant l'arrivée du premier athlète et le resteront jusqu'à ce que tous les athlètes aient quitté le site de compétition. L'équipe médicale présente dans chaque poste médical dédiés aux athlètes sera dotée de personnel adéquate en fonction du niveau de risque du sport dans l'arène en question, du nombre d'athlètes participants et des exigences de la Fédération Internationale (FI).

Si l'équipe médicale d'un CNO souhaite fournir des soins à ses athlètes, elle pourra utiliser ces deux postes médicaux dédiés aux athlètes dans le Beach Park, après coordination avec l'équipe médicale de Sal 2019.

Veuillez noter que des quantités limitées de glace seront disponibles dans les postes médicaux dédiés aux athlètes dans le Beach Park pour la gestion des blessures seulement, et non pour des bains de glace. Des lavabos pour se laver les mains seront situées à proximité des postes médicaux.

Les CNOs sont responsables de fournir toutes les fournitures et tout l'équipement médical dont ils ont besoin.

Poste Médical dédié aux Spectateurs

Les spectateurs, les médias, les diffuseurs, les commanditaires et les employés seront traités dans un poste médical qui leur sera dédié, situé à l'entrée du Beach Park.

De même, ce poste médical dédié aux spectateurs sera opérationnel pendant toute la durée des heures d'ouverture du Beach Park.

Premiers Soins d’Urgence

Les premiers soins, qui comprennent les premiers soins et les interventions d'urgence, seront fournis au Beach Park avant et pendant les heures de compétition prévues, et demeureront opérationnels jusqu'à ce que tous les spectateurs aient quitté le site.

Les patients nécessitant des soins médicaux supplémentaires seront référés pour un suivi médical approprié et/ou transférés par ambulance à l'hôpital désigné si nécessaire.

INFORMATION UTILES

Numéro d'Urgence

Pour les services d'urgence (police, incendie, ambulance), veuillez composer le 112. Il s'agit de services publics gratuits qui peuvent être appelés depuis n'importe quel téléphone public, fixe ou mobile.

Se Protéger du Soleil

C'est probablement l'un des moyens les plus faciles de prévenir des millions de cas de cancer chaque année : la crème solaire. Voici quelques recommandations à garder à l'esprit :

- Utilisez de la crème solaire tous les jours, même par temps nuageux.
- Appliquez au moins 30 grammes de crème solaire (assez pour remplir un verre à shot) au moins 15 à 30 minutes avant de sortir. Utilisez également un baume à lèvres ou un rouge à lèvres contenant un écran solaire dont le facteur de protection solaire (FPS), ou l'indice de protection solaire, est d'au moins 30.
- Choisissez une crème solaire à large spectre qui protège contre les rayons UVA et UVB. Assurez-vous qu'il soit résistant à l'eau et qu'il ait un FPS de 30 ou plus. D'autres crèmes solaires peuvent vous aider à éviter les coups de soleil, mais ils ne protègent pas contre le cancer de la peau.
- Réappliquez de la crème solaire toutes les deux heures. Renouveler l'application toutes les heures si vous nagez ou transpirez.
- Faites très attention à l'eau et au sable. Ces surfaces réfléchissent les rayons nocifs du soleil, ce qui peut augmenter vos chances d'avoir un coup de soleil.
- Garder les bébés de moins de 6 mois complètement couverts et à l'ombre.
- Limitez la durée de votre exposition au soleil entre 10 h et 16 h. C'est à ce moment que les rayons du soleil sont les plus intenses. Pratiquez la règle de l'ombre : si votre ombre est plus courte que vous, les rayons du soleil sont les plus forts, et vous devriez trouver de l'ombre.
- Si possible, portez une chemise à manches longues et un pantalon long. Les vêtements foncés avec un tissu tissé serré bloquent plus le soleil que les tissus blancs ou tissés lâchement. Pour une protection supplémentaire, recherchez des vêtements fabriqués avec des matériaux spéciaux de protection solaire.
- Accessoirisez-vous d'un chapeau qui protège votre visage, votre cou et vos oreilles et d'une paire de lunettes de soleil. Les lunettes de soleil avec des verres qui ont une absorption des UV de 99% à 100% offrent une protection optimale pour les yeux et la peau environnante.
- Soyez encore plus prudent si vous prenez des médicaments qui pourraient vous rendre plus sensible au soleil. Il s'agit notamment de certains types d'antibiotiques, d'anti-inflammatoires, d'antifongiques, de médicaments pour la tension artérielle et de chimiothérapies.

Risques liés à la Chaleur et Maintien au Frais

Le Cap-Vert est un pays brûlé par le soleil, où les journées chaudes et les vagues de chaleur peuvent stresser notre corps. Voici quelques conseils pour rester au frais et hydraté :

- Buvez de l'eau fraîche, qui est absorbée plus rapidement par le corps que les liquides chauds ou très froids. Vous pouvez également essayer une boisson pour sportifs avec électrolytes si vous transpirez excessivement.
- N'attendez pas d'avoir soif pour boire.
- Pendant un exercice intense dans un environnement chaud, vous devriez boire de deux à quatre verres (16 à 32 onces) de liquides frais chaque heure.
- Faites des pauses. Cela peut sembler logique, mais c'est important.
- Habillez-vous convenablement.
- Évitez d'être à l'extérieur au milieu de la journée, ou au moins à l'ombre.
- Ne buvez pas d'alcool ou de boissons contenant de la caféine.

Moustiques et Insectes

Protégez-vous contre les piqûres de moustiques. Non seulement elles sont irritantes, mais les piqûres de moustiques peuvent aussi propager des maladies. Il y a quelques mesures simples que vous pouvez prendre pour vous protéger contre les maladies transmises par les moustiques :

- Utiliser un insectifuge, même pendant la journée, car certains moustiques sont plus actifs pendant cette période.
- Portez des vêtements longs et amples pour vous protéger des piqûres (les vêtements de couleur claire sont préférables).

Gastro-entérite et Autres Maladies

Certaines maladies se propagent facilement : protégez-vous et évitez tout contact en allant dans des lieux publics lorsque vous êtes malade. Si vous souffrez d'une maladie respiratoire, éternuez dans votre coude ou utilisez un mouchoir en papier pour vous couvrir la bouche et le nez lorsque vous éternuez ou toussez et jetez le mouchoir dans les poubelles. Lavez-vous toujours soigneusement les mains à l'eau et au savon après avoir toussé ou éternué.

Si vous souffrez de vomissements ou de diarrhée, ne quittez pas votre résidence et assurez-vous de vous laver soigneusement les mains avec de l'eau et du savon à intervalles réguliers, surtout après être allé aux toilettes. Ne pas utiliser les installations communes à l'intérieur du Village des athlètes.

Consulter immédiatement un médecin par l'intermédiaire de l'équipe médicale de votre CNO ou de Sal 2019.

Hygiène des Mains

Se laver les mains est le meilleur moyen d'empêcher les germes de se propager. Lavez-vous les mains régulièrement et soigneusement avec de l'eau et du savon :

- Quand vos mains sont sales ;
- Avant de manger ou de toucher de la nourriture ;
- Après être allé aux toilettes ;
- Après s'être mouché où avoir toussé ;
- Après avoir touché des animaux de compagnie ou d'autres animaux ;
- Après avoir joué dehors ;
- Avant et après une visite chez un parent ou un ami malade.

SAL 2019

14-23 JUNHO

	13 June Friday	14 June Friday	15 June Saturday	16 June Sunday	17 June Monday	18 June Tuesday	19 June Wednsday	20 June Thursday	21 June Friday	22 June Saturday	23 June Sunday
Beach Handball		08:30 - 12:40 13:30 - 18:45	08:30 - 12:40 13:30 - 18:45	08:30 - 12:40 14:15 - 18:30							
Beach Tennis		08:30 - 12:30 13:30 - 18:15	08:30 - 12:30 13:30 - 18:15	08:30 - 12:30 15:00 - 17:00							
Karate Kata		09:00 - 12:00 14:30 - 18:00	09:00 - 13:00 14:30 - 18:00								
Football Freestyle				10:30 - 12:00 15:00 - 17:00							
Open Water Swimming				14:00 - 17:30							
Coastal Rowing		08:30 - 12:30 14:00 - 18:00	08:30 - 12:30 14:00 - 18:00								
TeqBall					14:00 - 18:30	09:30 - 12:30 14:00 - 18:30					
Half Marathon				08:00 - 09:30							
Beach Soccer							08:30 - 13:00 14:00 - 19:00	08:30 - 13:00 14:00 - 19:00	08:30 - 13:00 14:00 - 19:00	08:30 - 13:00 14:00 - 19:00	08:00 - 13:00 14:00 - 19:00
Beach Volleyball						13:30 - 18:00	08:30 - 11:50 13:30 - 18:00	08:30 - 11:50 13:30 - 18:00	08:30 - 11:50 13:30 - 18:00	08:30 - 11:50 13:30 - 18:00	08:30 - 11:45 14:00 - 17:45
Basketball 3x3							10:30 - 12:30 14:00 - 17:30	10:30 - 12:30 14:00 - 17:30	10:30 - 12:30 14:00 - 17:30	10:30 - 12:30 14:00 - 17:30	10:30 - 13:30
Kiteboarding							09:00 - 12:00 14:00 - 18:00	09:00 - 12:00 14:00 - 18:00	09:00 - 12:00 14:00 - 18:00		

Medal Session Stage Group Exhibition