



Challenge HELENE de FONSEQUE

RENCONTRE NAGE AVEC PALME DU SPORTING CLUB SURGÈRIEN-PLONGEE

Samedi 28 Septembre 2019 à partir de 13h
Piscine André Couraud (Rue du Stade 17700 Surgères)



Surgères Samedi 28 Septembre 2019



FFESSM

CHARENTE-MARITIME
NAGE AVEC PALME
www.codepessm17.org



Sporting Club Surgères-Plongée
Section Nage avec Palmes nap.scs@outlook.fr



Challenge Hélène de Fonsèque 28 Septembre 2019

1) Présentation / Règlement

Le Challenge HELENE de FONSEQUE du Sporting Club de Surgères -Plongée est une rencontre amicale de Nage avec Palmes en Piscine Découverte, ouverte à tout nageur, de notre Fédération ou autre, voulant se mesurer à des compétiteurs.

Cette Rencontre, organisée par le Sporting Club de Surgères -Plongée est ouverte à tous les compétiteurs de la FFESSM ou d'autre fédération pratiquant le Nage avec Palmes

Elle est ouverte à toute nageuse, ou tout nageur, voulant s'évaluer sur des épreuves définies par la Commission Nationale de NAP-FFESSM, dans le respect de la réglementation Fédérale.

C'est une rencontre qui se veut amical et ludique, bien que sérieuse quand aux résultats obtenus. Résultats permettant aux compétiteurs de se présenter aux championnats divers, sans doutes quand à leurs capacités.

Le Sporting Club de Surgères -Plongée se garde le pouvoir d'annuler cette rencontre par manque de participants ou pour condition météorologique défavorable (piscine découverte)

Rencontre ouverte aux nageuses et nageurs des autres Fédérations.

2) Epreuves

Sur un bassin d'une longueur de 25 mètres :

25m apnée

100 m surface

200 m surface

50 m surface

Relais 4 X 100 m

Toutes ces courses peuvent être nagées en mono ou bi palme (en respect de la réglementation (1)).

Chaque club présentera une ou plusieurs équipes de 4 nageurs pouvant être mixte (âge et sexe) pour les épreuves de relais et des nageurs individuels pour les autres épreuves.

Le nombre d'équipe ou nageur individuel est illimité (une fiche d'inscription par équipe ou nageur)

REMARQUE : une équipe relais regroupant des nageurs de différent club pourra être constituée sous la coupe du club le plus représentatif.



Sporting Club Surgères-Plongée
Section Nage avec Palmes

nap.scs@outlook.fr





Challenge Hélène de Fonsèque 29 Septembre 2018

3) Lieu de la Manifestation



Piscine municipal André Couraud-Rue du Stade-17700 Surgères

	<p>Sporting Club Surgères-Plongée Section Nage avec Palmes nap.scs@outlook.fr</p> <p align="center">Challenge Hélène de Fonsèque 29 Septembre 2018</p>	
---	--	---

4) Accès

Arrivée de Niort :

Aux feux prendre en face direction complexe sportif
Prendre 3^{ème} à gauche complexe sportif (rue du stade)
Au bout de la rue grand parking sur la gauche vous êtes arrivés

Arrivée de La Rochelle :

Au rond point prendre 3^{ème} sortie A10/complexe sportif
Au rond point après la gare SNCF prendre 3^{ème} sortie A10/complexe sportif
Au feu prendre à droite complexe sportif
3^{ème} à gauche complexe sportif (rue du stade)
Au bout de la rue grand parking sur la gauche, vous êtes arrivés

Arrivée de Rochefort :

Au rond point de la main prendre 3^{ème} sortie A10/complexe sportif
Au 2^{ème} rond point prendre la 2^{ème} sortie A10/complexe sportif
Au rond point après la gare SNCF prendre 3^{ème} sortie A10/complexe sportif
Au feu prendre à droite complexe sportif
3^{ème} à gauche complexe sportif (rue du stade)
Au bout de la rue grand parking sur la gauche, vous êtes arrivés

Arrivée de St-Jean-d'Angély :

Prendre direction A10/ complexe sportif
Au feu prendre à gauche complexe sportif
Prendre 2^{ème} à droite piscine (rue du stade)
Au bout de la rue grand parking, vous êtes arrivés

INFORMATIONS :

www.scs.plongée@gmail.com

Correspondant : Sébastien COLLANGE (06.68.53.89.72)

Mail : collange.sebastien@orange.fr ou nap.scs@outlook.fr



Sporting Club Surgères-Plongée
Section Nage avec Palmes



nap.scs@outlook.fr

Challenge Hélène de Fonsèque 29 Septembre 2018



5) Programme du 30 Septembre 2017

De 13h00 à 13h45	Accueil et Inscription
De 13h30 à 14h30	Echauffement
14h45	25 m apnée
15h15	100 m surface
De 15h30 à 15h45	Echauffement
15h50	200m surface
16h30	50m surface
De 16h45 à 17h00	Pause
17h05	Relais 4X100m
17h45	RESULTATS et POT (offert par organisateur)

	<p>Sporting Club Surgères-Plongée Section Nage avec Palmes</p> <p>nap.scs@outlook.fr</p> <p>Challenge Hélène de Fonsèque 29 Septembre 2018</p>	
---	--	---

7) Catégories des nageurs par Epreuve

Chaque épreuve est ouverte à toutes catégories de nageurs, sauf l'apnée pour les Poussins.

Documents obligatoires :

Licence fédérale valide

Certificat médical de non contre-indication à la nage avec palmes y compris en compétition

Autorisation parentale pour les mineurs

Le nombre de séries courues sera déterminé en fonction du nombre d'inscrit dans chacune d'elle.

La liste des séries de nageurs sera affichée au plus tard 5 minutes avant l'appel de la première série de la course.

Le port du bonnet de bain est préférable

- Catégories d'âges :**
- 6 à 9 ans Poussins
 - 10 à 11 ans Benjamin
 - 12 à 13 ans Minimes
 - 14 à 15 ans Cadets
 - 16 à 17 ans Juniors
 - 18 à 34 ans Senior
 - 35 ans et + Maître (par tranche de 10 ans)

8) Chronométrage et classement

Les classements sont déterminés par le nombre de points obtenus par les tables fédérales en fonction du chronométrage, soit :



En course individuelle : points marqués par le nageur suivant la table de cotation de sa catégorie.

En relais : points marqués par l'équipe selon la table de cotation de la catégorie la plus défavorable.

Le classement général par catégorie se fait en additionnant les points des courses individuelles hors relais

Classement club : prise en compte des points (y compris relais) des équipes ou représentant le même club.

Le club totalisant le plus de points sera déclarée Club Champion.

	<p>Sporting Club Surgères-Plongée Section Nage avec Palmes nap.scs@outlook.fr</p> <p align="center">Challenge Hélène de Fonsèque 29 Septembre 2018</p>	
---	--	---

9) Organisateur / sécurités / Officiels

Présentation de l'équipe organisatrice :

Organisateur : AUBERT Michel Président du SPORTING CLUB SURGERES-PLONGEE
COLLANGE Sébastien Entraîneur Fédéral 1° NAP du SPORTING CLUB SURGERES-PLONGEE

Secrétariat : Secrétariat du SPORTING CLUB SURGERES

Animation : Bruno Rivière

Logistique : SPORTING CLUB SURGERES-PLONGEE et son Equipe

Directeur du bassin (DDP) : Michel Aubert

10) Inscriptions

Inscription sur le site E-n@p ou par bulletin joint en annexe

Documents obligatoires :

- Licence fédérale valide
- Certificat médical de non contre-indication à la nage avec palme y compris en compétition
- Autorisation parentale pour les mineurs
- Attestation d'assurance Loisir 1
- Le port du bonnet de bain est préférable

Inscription par bulletin joint en annexe des juges, arbitres et officiels de chaque club

11) Annexes

Règlement annexes :

Bulletin d'inscription par équipe / individuel et officiel

Poussins, Benjamins, Minimes, Cadets, Seniors et Maîtres:

Les dimensions maximales des monopalmes sont de 60cm x 60 cm ou 76cm x 76cm et 15cm de hauteur.
Les dimensions maximales des bi-palmes en piscine, ne devront pas excéder 60 cm x 25cm ou 76cm x 25cm de largeur

La largeur sera mesurée à partir des deux côtés de la voile (de droite à gauche).

La hauteur maximum du chausson sera déterminée par un gabarit qui ne devra pas excéder 15cm.

Les chaussons ne doivent pas être construits de manière à donner aux concurrents une aide mécanique supplémentaire (ressort ou dispositif de quelque nature que ce soit)

Le chausson de la palme doit assurer la stabilité du nageur sur le plot de départ.

FFESSM / CNNP Règlement Sportif Nage avec Palmes V 2018-01Page 9 / 38