



# **REGLEMENT PARTICULIER DES COMPÉTITIONS D'APNÉE EN PISCINE**

**Version 11.7 du 29/09/2022**

CDN du 2 juin 2020



Date de création : 21/11/2008  
Date de révision : 29/09/2022  
Indice de révision : 11.7

1

TITRE 1. REGLEMENT GENERAL.....	3
1. CHAMPS D'APPLICATION .....	3
2. EPREUVES.....	6
3. CATEGORIES .....	7
4. ORGANISATION DES COMPETITIONS .....	8
TITRE 2. REGLEMENT DES EPREUVES .....	14
5. SECURITE .....	14
6. DEROULEMENT GENERAL DES EPREUVES .....	15
7. EPREUVE D'APNEE STATIQUE .....	18
8. EPREUVES D'APNEE DYNAMIQUE .....	19
9. EPREUVES DE 16 x 50 m, 16 x 25 m et 100 m Apnée .....	20
10. SANCTIONS ET FAUTES.....	22
TITRE 3. ORGANISATION .....	27
Incompatibilités .....	27
11. COMITE D'ORGANISATION ET JUGES .....	27
TITRE 4. MATERIEL.....	32
12. MATERIEL DES COMPETITEURS.....	32
TITRE 5. DOPAGE.....	33
13. PREVENTION DU DOPAGE .....	33
Sélection au championnat de France Elite N1 .....	35
REGLES D'HOMOLOGATION D'UN RECORD DE FRANCE D'APNEE EN PISCINE .....	38
REGLEMENT MEDICAL FEDERAL .....	42

## TITRE 1. REGLEMENT GENERAL

### 1. CHAMPS D'APPLICATION

Les dispositions du présent règlement complètent celles du Règlement Sportif Général de la FFESSM commun à toutes les disciplines.

#### 1.1. Champs d'application du règlement

Le présent règlement régit les compétitions fédérales d'apnée en piscine, qu'elles soient organisées par la Fédération Française d'Etudes et de Sports Sous-Marins (FFESSM), l'un de ses organes déconcentrés [comité départemental (CODEP), comité régional ou Ligues (CR) ou inter-régional (CIR)] ou l'un de ses membres (Club ou SCA).

#### Saison sportive

1.1.1. La saison sportive débute le 15 septembre de l'année « N » pour se terminer le 14 septembre de l'année « N+1 » ;

#### 1.1.2. STRUCTURE(S) D'APPARTENANCE

#### **Epreuves individuelles**

##### Cas général

En référence aux statuts et règlements intérieurs de la FFESSM, un sportif concourt durant toute la saison pour une même et seule structure d'appartenance de laquelle il tient sa seule licence FFESSM.

##### Cas particulier

Dans le cas où un sportif souhaite pratiquer en compétition une discipline du champ délégataire de la FFESSM à partir d'une structure autre que celle de laquelle il est licencié, il peut demander à concourir avec la même licence sous l'appartenance d'une autre structure, à condition d'en être membre et à jour de ses cotisations club.

Un sportif ne peut avoir plusieurs structures d'appartenance pour la pratique en compétition dans une même discipline : la 1<sup>ère</sup> inscription de la saison à une compétition inscrite au calendrier officiel de la fédération détermine le club d'appartenance dans la discipline.

La demande (cf. demande type) est à adresser au président de la commission nationale concernée au moins 30 jours avant la date de clôture des inscriptions à la 1<sup>ère</sup> participation à une compétition inscrite au calendrier officiel FFESSM de ladite discipline. Elle doit être accompagnée de l'accord écrit des deux présidents des structures concernées.

Le président de la commission nationale dispose d'un délai de 15 jours à réception des documents pour donner suite à la demande.


#### **Disciplines et épreuves (relais) collectives**

##### Cas général

Les équipes de club doivent être composées de compétiteurs tous membres d'un même club.

##### Cas particulier

Dans le but de développer de nouvelles épreuves ou de répondre aux spécificités des disciplines collectives, le règlement sportif particulier de chaque discipline du champ délégataire de la FFESSM peut prévoir qu'un sportif concourt pour une équipe départementale ou régionale ou dans une équipe multi-clubs ou multi-structures.

	Date de création : 21/11/2008 Date de révision : 29/09/2022 Indice de révision : 11.7	3
---	---	---

## **Demande type**

### Le demandeur :

Je soussigné (Mr / Mme NOM Prénom) enregistré sous le numéro de licence ----- demande l'autorisation de concourir lors des compétitions des disciplines de la Commission (discipline) au titre du (nom du club et n° d'affiliation) pour la saison -----

J'atteste être à jour de ma cotisation et membre de la structure/club d'accueil le jour de ma participation aux dites compétitions.

### Le Président de la structure « d'appartenance » où la licence a été souscrite :

Je soussigné (Mr / Mme NOM Prénom), Président(e) du Club (nom du club et n° d'affiliation) déclare répondre favorablement à la demande du sportif.

Date + Signature + Cachet du club.

### Le Président de la structure « d'accueil » pour lequel le sportif souhaite concourir :

Je soussigné (Mr / Mme NOM Prénom), Président(e) du Club (nom du club et n° d'affiliation) déclare répondre favorablement à la demande du sportif.

Date + Signature + Cachet du club.

### Le Président de la Commission Nationale :

Je soussigné (Mr / Mme NOM Prénom), Président(e) de la Commission Nationale (discipline) déclare avoir enregistré la demande du sportif.

Date + Signature

Le Président de la Commission Nationale dispose d'un délai de 15 jours à réception des documents pour donner suite à la demande et retourner cette attestation au demandeur. Elle est à fournir avec l'ensemble des pièces demandées lors de l'inscription aux compétitions.

## **MUTATION**

On appelle mutation le passage d'un licencié d'une structure à une autre en cours de la saison sportive. Toute demande de mutation est adressée par le sportif au siège de la FFESSM par courrier postal. Celle-ci doit être accompagnée de l'accord écrit des deux présidents des structures concernées et du règlement correspondant aux frais de mutation en vigueur.


La mutation prend effet à l'issue du traitement administratif par les services fédéraux dans un délai maximum de 30 jours à réception des documents.

Une seule mutation est autorisée par saison sportive.

## **SPORTIFS ETRANGERS**

### Sportif étranger licencié FFESSM

Un sportif étranger licencié à la FFESSM peut participer aux compétitions de l'animation fédérale, figurer au classement numérique national de la discipline et accéder au podium d'un championnat national, inter-régional, régional ou départemental à la condition de respecter les principes de sélection et les conditions de participation définies dans le règlement particulier de la discipline considérée et/ou dans le règlement de la compétition.

	Date de création : 21/11/2008 Date de révision : 29/09/2022 Indice de révision : 11.7	4
---	---	---

Dans les disciplines et les épreuves individuelles, bien que figurant au classement officiel du championnat considéré, le sportif n'étant pas de nationalité française, ce dernier ne peut pas se voir décerner un titre de champion de France, de champion inter-régional, de champion régional ou de champion départemental. Il ne pourra pas être détenteur d'un record de France.

Dans les disciplines et les épreuves (relais) collectives, le règlement particulier de la discipline ou le règlement de la compétition peut prévoir des dispositions visant à préciser le nombre de sportifs étrangers composant une équipe de club, un relai de club, une équipe multi-clubs ou une équipe départementale ou régionale. Quand tel est le cas, l'équipe ou le relai dont la composition intègre des sportifs étrangers dans la limite prévue au règlement particulier de la discipline ou de la compétition peut se voir décerner un titre de champion de France, de champion inter-régional, de champion régional ou de champion départemental.

### Sportif étranger non licencié FFESSM

La participation d'un sportif étranger non licencié à la FFESSM aux compétitions inscrites au calendrier de la FFESSM n'est possible que sur invitation de l'organisateur et, pour les compétitions dites « officielles », sous réserve d'acceptation par le président la commission nationale de la discipline considérée.

Dans ce cas le sportif étranger doit :

- Être en possession d'une pièce d'identité en cours de validité ;
- Être en possession de la licence sportive de sa fédération sportive d'appartenance (fédération reconnue par la CMAS) ou d'une licence CMAS valable pour l'année en cours ;
- Être en possession d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la discipline considérée en compétition établi depuis moins de 1 an rédigé en français ;
- Justifier d'une assurance responsabilité civile garantissant les conséquences pécuniaires des dommages corporels, matériels et immatériels causés aux tiers (\*) ;
- Le cas échéant, attester que son niveau de pratique correspond aux exigences de la compétition.

Les sportifs étrangers participent aux compétitions "hors concours" et figurent dans le classement officiel de la compétition dans la catégorie « Invités ».

Leur résultat n'est pas pris en compte dans le classement numérique national de la discipline.

(\*) L'organisateur pourra à sa discrétion délivrer au sportif un titre temporaire « Open'Pass » par jour de compétition combien même ce dernier serait titulaire d'une licence délivrée par une fédération étrangère membre de la CMAS et/ou d'une licence CMAS en cours de validité

## **1.2. Inscription des sportifs**


### **1.2.1. Conditions d'inscription**

Les compétitions d'apnée sont ouvertes à tous les licenciés à partir de la catégorie « Cadet » (cf. article 3.1) à la condition que ces derniers soient en règle avec les conditions d'inscription suivantes :

1.2.1.1. Être en possession du niveau de pratique minimal requis tel que prévu à l'article 4.4.1 ;

1.2.1.2. Être en possession d'une pièce d'identité ;

1.2.1.3. Être en possession d'une licence FFESSM de l'année sportive en cours (licence valable du 15 septembre de l'année en cours au 14 septembre de l'année suivante), ou d'une licence d'une fédération étrangère membre de la CMAS ou d'une licence CMAS en cours de validité

	Date de création : 21/11/2008 Date de révision : 29/09/2022 Indice de révision : 11.7	5
---	---	---

avec une assurance responsabilité civile (RC) ;

1.2.1.4. Justifier d'une assurance individuelle accident (AIA) souscrite, soit auprès de la FFESSM (Licence FFESSM avec catégorie assurance piscine à minima), soit auprès d'un autre organisme. Dans ce dernier cas, il est obligatoire de présenter l'attestation d'assurance mentionnant en toutes lettres, qu'elle couvre l'activité « apnée en compétition » ;

1.2.1.5. Être en possession d'un certificat médical à jour de non contre-indication à la pratique de l'apnée en compétition (cf. règlement médical en vigueur) ;

1.2.1.6. Pour les sportifs mineurs, une autorisation parentale doit être signée par les deux parents ou les responsables légaux attestant l'autorisation de participation à la compétition et au contrôle anti-dopage ;

1.2.1.7. S'acquitter des éventuels frais d'inscription prévus par l'organisateur des compétitions clubs et organes déconcentrés. Les frais d'inscription ne sont pas remboursés si le dossier est incomplet le jour de la compétition, si le compétiteur se désiste dans les 8 jours précédant la compétition ou si le sportif est absent. **L'annexe annuelle N° 2 fixe le montant des inscriptions.**

1.2.1.8. Lors de son inscription à la manifestation, le compétiteur annonce ses performances afin d'établir l'ordre de départ par épreuve. Celles-ci pourront être modifiées jusqu'à 7 jours avant le début de la compétition.

### 1.2.2. **Entraîneur**

1.2.2.1. L'entraîneur qui accompagne un sportif engagé dans une compétition officielle, quel que soit son niveau de territorialité, doit être âgé(e) **d'au moins 16 ans + RIFAA** ou **plus de 18 ans** et doit être en possession d'une licence FFESSM, étrangère ou CMAS à jour et justifier d'un RC et d'une AIA pour accéder à la zone de compétition.

### 1.2.3. **Documents**

1.2.3.1. Le compétiteur (ou son entraîneur) pourra présenter soit :

- Les originaux des documents prévus au 1.2.1 à l'organisateur ;
- Une copie certifiée conforme par le président de son club ;
- **Les documents numériques via le Qr Code de la licence, la copie du CACI devant y figurer.**

1.2.3.2. Un contrôle des documents sera effectué le jour de la compétition par un ou plusieurs délégués du comité d'organisation sous la direction d'au moins un juge fédéral apnée 1er degré.

1.2.3.3. Un contrôle des documents pourra être organisé avant le jour de la compétition. Ce contrôle pourra être dématérialisé.


1.2.3.4. Les sportifs qui ne sont pas en règle ne seront pas admis à participer à la compétition.

## **2. EPREUVES**

### **2.1. Epreuves officielles**

#### **2.1.1. Les épreuves officielles retenues pour les compétitions**

- Type 1 : L'apnée **statique** (1 épreuve)
- Type 2 : L'apnée **dynamique** (3 épreuves)
  - L'apnée **dynamique monopalme (ou bi palmes utilisés en ondulation permanente)**
  - L'apnée **dynamique bi-palmes**

	Date de création : 21/11/2008 Date de révision : 29/09/2022 Indice de révision : 11.7	6
---	---	---

- L'apnée **dynamique sans palme**
- Type 3 : L'**endurance** (3 épreuves)
  - 16 x 50 m (en bassin de 50m)
  - 16 x 25 m (en bassin de 25m)
- Type 4 : Le **sprint** (1 épreuve)
  - Le 100 m apnée en bassin de 50m

### 2.1.2. **CMAS**

Une performance sera reconnue par la CMAS que si elle est effectuée dans un bassin d'une profondeur minimum de 1,40m en respectant les prescriptions du présent règlement.

### 2.2. **Autres épreuves**

L'organisateur peut prévoir à son programme des épreuves de démonstration en sus des épreuves officielles. Ces épreuves ne feront pas l'objet d'un classement officiel et devront au préalable, faire l'objet d'un règlement approuvé par le responsable de l'animation nationale piscine au sein de la commission nationale d'apnée et prévoyant impérativement les mesures propres à assurer la sécurité des sportifs.

Le cas échéant, les épreuves de démonstration sont obligatoirement organisées après les épreuves officielles.

### 2.3. **Déroulement des épreuves**

L'engagement des sportifs dans chacune des épreuves et l'ordre des départs se fait au regard du niveau sportif et non par catégorie d'âge et de sexe.

À l'issue de chaque épreuve, un classement « scratch » toutes catégories d'âge et par sexe est établi.

Dans le cadre d'un championnat, un classement par catégorie d'âge est réalisé.

## 3. **CATEGORIES**


### 3.1. **Âge**

**Catégories d'âges :** en référence au règlement général commun à toutes les disciplines du champ délégué de la FFESSM, 3 catégories sont instaurées en apnée piscine :

- Les catégories Cadet (14 – 15 ans) et Junior (16 – 17 ans) sont regroupées en une catégorie « Jeunes » ;

Les catégories d'âge	ÂGE ATHLETIQUE
Jeune	14 - 17 ans
Senior	À partir de 18 ans
Masters	50 – 54 ans
	55 – 59 ans
	60 – 64 ans
	65 – 69 ans
	+ 70 ans

L'âge athlétique et la catégorie d'âge d'un sportif s'obtient en soustrayant son année de naissance à

	Date de création : 21/11/2008 Date de révision : 29/09/2022 Indice de révision : 11.7	7
---	---	---

l'année de la saison sportive en cours.

### 3.2. **Sur-classement**

Les compétiteurs doivent participer à l'épreuve correspondant à leur catégorie d'âge. Il n'y a pas de sur-classement possible de la catégorie « Jeune » à la catégorie « Sénior ».

## 4. **ORGANISATION DES COMPETITIONS**

### 4.1. **Types et niveaux de compétitions ou championnats**

#### 4.1.1 **Compétitions Open**

Les compétitions régionales, interrégionales ou nationales « Open » sont inscrites au calendrier annuel de la FFESSM dans le respect du présent règlement et des règles de sécurité. Les invitations, programmes et règlements spécifiques sont à l'initiative de l'organisateur. Les compétitions « Open » ne peuvent pas être prises en compte dans le classement national individuel des compétiteurs. Les conditions de participation des sportifs ou des clubs (licence, ATP, AIA, CACI...) sont définies par l'organisateur, ainsi que le nombre de participants.

#### 4.1.2 **Compétitions au format « libre ».**

Les compétitions au « Format libre » sont destinées à promouvoir l'activité, à faire progresser les pratiquants, à expérimenter de nouvelles formes de pratiques, de nouveaux matériels, de nouveaux règlements. Les résultats de ces manifestations ne sont pas pris en compte dans le classement national. Elles peuvent faire l'objet d'actions spécifiques ou s'intégrer au programme des compétitions régionales ou nationales officielles notamment en début ou en fin de programme lorsque les conditions d'organisation le permettent. Elles doivent respecter les règles de sécurité (chapitre 5) ainsi que le protocole de sortie (chapitre 6) du présent règlement.

#### 4.1.3 **Compétitions officielles dites « sélectives »**

Les compétitions sélectives ont vocation de sélectionner les meilleurs sportifs au Championnat de France Elite en fonction des performances réalisées (cf. annexe annuelle N°1).

##### 4.1.3.1- Accès à une compétition sélective :

Les compétitions sélectives sont ouvertes à tous les licenciés quelle que soit leur région d'appartenance à la condition de justifier du niveau de pratique requis tel que précisé au 4.4.1

##### 4.1.3.2- Format

- Bassin de 25 ou 50 mètres ;
- Profondeur minimale de 1 mètre ;
- Le programme intègre 1 ou plusieurs épreuves officielles telles que précisées au 2.1.1 du présent règlement ;
- Lorsque le programme intègre 1 à 3 épreuves alors au minimum 16 places par épreuves sont garanties (16 places pour les épreuves de dynamique monopalme et bi-palmes confondues) toutes catégories d'âge et de sexe confondues ;
- Lorsque le programme intègre 4 épreuves et plus alors au minimum 12 places par épreuve sont



Date de création : 21/11/2008  
Date de révision : 29/09/2022  
Indice de révision : 11.7



garanties, toutes catégories d'âge et de sexe confondus ;

- La compétition peut être répartie sur 1 ou 2 jours ou plus et ce jusqu'à 7 jours consécutifs maximum.

#### 4.1.3.3- Organisation

- Les compétitions sélectives sont organisées par un OD de la fédération ou un club affilié ou une structure commerciale agréée de la fédération ;
- Elles font obligatoirement l'objet d'une déclaration d'organisation auprès de la CNA et doivent être cautionnées par le comité régional du territoire d'organisation concerné préalablement à leur inscription au calendrier national officiel ;
- Les éléments de la compétition (affiche, adresse du site web éventuel, procédure et date d'inscription, planning) devront être transmis à la CNA qui en fera l'information officielle, au minimum 6 semaines avant la date de l'événement ;
- Les inscriptions devront être closes 2 semaines avant l'événement.
- La liste des inscrits devra être consultable (1 semaine avant).

#### **4.1.4 Compétitions nationales officielles dites « Manche de Coupe de France »**

Un circuit de plusieurs compétitions nationales appelées « Coupe de France » est mis en place chaque saison. Il comprend au minimum 4 Manches.

La Coupe de France a pour objectif d'**identifier les compétiteurs les plus réguliers et les plus complets de la saison**. Elle donne lieu à un classement dit « combiné ».

##### 4.1.4.1 - Accès à une manche de Coupe de France

- Avoir participé à au moins une compétition sélective dans la saison en cours ou la saison précédente ;
- Avoir réalisé, lors d'une compétition sélective de la saison sportive en cours ou de la saison précédente une performance correspondant au « minima » ou « maxima » d'une Coupe de France dans au moins une épreuve tel que spécifié dans l'annexe au règlement particulier apnée piscine (cf. annexe annuelle N°1).

##### 4.1.4.2 - Format

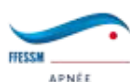
- Bassin de 25m ou 50m ;
- Profondeur minimale de 1 mètre ;
- Epreuves (à minima) : type 1 (apnée statique) + type 2 (dynamique monopalme – dynamique bi-palmes – dynamique sans palme) ;
- Organisation sur 2 jours consécutifs maximum.

Les manches de Coupe de France sont sélectives au Championnat de France Elite.

##### 4.1.4.3 - Classement

Pour être classé à la Coupe de France il faut :

- Avoir participé à au moins 2 manches ;
- Être classé à chaque Manche dans les 3 épreuves suivantes : statique, dynamique (mono ou bi) et dynamique sans palme.
- Pour le dynamique avec palmes, le sportif devra faire un choix d'épreuve entre le



Date de création : 21/11/2008  
Date de révision : 29/09/2022  
Indice de révision : 11.7

dynamique monopalme et le dynamique bi-palmes lors de la 1ère manche à laquelle il participe et ne pourra plus effectuer de changement de choix lors des manches suivantes.

Le classement « Combiné » est établi à l'issue de la dernière manche de la Coupe de France à partir des 2 meilleurs combinés dans chacune des 3 épreuves imposées.

Les 2 meilleurs combinés ainsi obtenus sont convertis en points (cf. barème ci-dessous) et additionnés. Le sportif qui obtient le plus de point est sacré vainqueur (un classement par catégorie d'âge et de sexe).

Les résultats et la remise des récompenses seront promulgués lors du Championnat de France Elite et sur le site internet de la CNA.

L'ensemble des compétiteurs du podium seront informés de la date exacte de la remise des prix par la CNA.

### **REPECHAGE CHAMPIONNAT DE FRANCE ELITE**

Les premiers, Homme et Femme du combiné, **catégorie Séniors et Jeunes**, seront repêchés pour le championnat de France Elite dans le cas où ils ne sont pas sélectionnés. Ils devront alors choisir deux des trois épreuves du combiné.

Au cas où ils sont déjà sélectionnés sur une ou plusieurs épreuves, ils pourront y ajouter les épreuves manquantes.

#### Barème

- L'apnée statique : 0,4 pts/seconde.
- L'apnée dynamique mono palme : 1,0 pt/mètre.
- L'apnée dynamique bi-palmes : 1,25 pts/mètre.
- L'apnée dynamique sans palme : 1,0 pt/mètre.

#### **4.1.5 Championnat de France Elite N1**


Le but du Championnat de France Elite est de délivrer les titres de Champion de France d'apnée piscine au meilleur sportif, par sexe et par catégorie d'âge de chacune des épreuves <sup>(1)</sup> suivantes : statique –dynamique monopalme - dynamique bi-palmes - dynamique sans palmes – 16x50 m – sprint 100 m.

##### 4.1.5.1- Conditions de délivrance d'un titre de champion de France

Les titres de Champion de France ne peuvent être décernés que si 6 sportifs minimum d'une catégorie d'âge et de sexe concourent dans l'épreuve. Dans l'objectif de développer et valoriser la catégorie « Jeune » et les épreuves en cours de développement (16x50 m - sprint 100 m), cette disposition est ramenée à 4 sportifs. Cette disposition vaut pour les saisons 2022 à 2024

##### 4.1.5.2 - Accès au Championnat de France

- Avoir participé à au moins 1 compétition sélective ;
- Avoir réalisé, lors d'une compétition sélective de la saison sportive en cours au moins une performance correspondant au « minima » ou « maxima » sélection au Championnat de France dans au moins une épreuve tel que spécifié dans l'annexe au règlement particulier apnée piscine (cf. annexe annuelle N°1)
- Être dans les quotas arrêtés pour chaque épreuve inscrite au programme du championnat de France <sup>(2)</sup>

	Date de création : 21/11/2008 Date de révision : 29/09/2022 Indice de révision : 11.7	10
---	---	----

<sup>(1)</sup> Les épreuves inscrites au programme de chaque championnat de France sont précisées annuellement dans l'annexe au règlement particulier apnée piscine (cf. annexe annuelle N°3).

<sup>(2)</sup> Les quotas par épreuves sont précisés dans l'annexe annuelle N°1 au règlement particulier. La liste des sélectionnés est établie en référence au classement numérique national de chaque épreuve arrêté à l'issue de la dernière compétition sélective. Elle est publiée sur le site internet de la CNA.

Le championnat de France Élite N1 peut être support aux épreuves sélectives en équipe de France.

#### 4.1.6 Animation régionale et départementale

Chaque comité régional et départemental est chargé de coordonner la mise en place de l'animation sportive sur son territoire. À ce titre, il veille à l'organisation de compétitions d'apnée dès lors que la discipline est à minima structurée (existence d'une commission régionale ou départementale d'apnée). Quand tel est le cas, il a obligation d'organiser un championnat régional ou départemental et de décerner les titres afférents.

L'animation régionale comprend :

- Des compétitions régionales officielles (format imposé) sélective au Championnat de France des lors qu'elle respecte le cahier des charges d'une compétition tel que prévu dans les règlements sportifs.
- Des animations régionales (compétitions « open » et au format « libre »)

##### 4.1.6.1 - Championnats régionaux et départementaux

Le but est de délivrer les titres de Champion Régional ou Départemental aux meilleurs sportifs de la région ou du département, par sexe et par catégorie d'âge, dans les épreuves suivantes : statique – dynamique monopalme - dynamique bi-palmes - dynamique sans palmes – 16x50 m – sprint 100 m.

##### ✓ Accès au championnat régionaux

Les championnats régionaux et départementaux sont ouverts à tous les licenciés de la région ou du Département à la condition de justifier du niveau de pratique requis tel que précisé au 4.4.1. La CRA peut décider d'ouvrir la compétition à des licenciés issus d'autres régions. Si tel est le cas, ces derniers sont classés en « invité ».

##### ✓ Format


- Bassin de 25 ou 50 mètres ;
- Profondeur minimale de 1 mètre ;
- Epreuves (à minima) : type 1 (apnée statique) + type 2 (dynamique monopalme – dynamique bi-palmes – dynamique sans palme).

##### ✓ Organisation

Deux formules possibles :

- Une compétition unique organisée sur 1 ou 2 jours consécutifs / épreuves : types 1 + 2 ;
- Un circuit d'au maximum 3 compétitions (manches) qui respecteront les critères des compétitions sélectives tel que prévu à l'article 4.1.3 du présent règlement.

- Le champion Régional de chaque discipline sera celui qui aura réalisé la meilleure

	Date de création : 21/11/2008 Date de révision : 29/09/2022 Indice de révision : 11.7	11
---	---	----

performance de l'ensemble des manches.

Les titres sont délivrés à l'issue de chaque compétition ou à l'issue des manches.

Le choix de la formule est précisé lors de l'inscription des compétitions avant le début de saison.

#### 4.2. Calendrier des compétitions

- La date limite d'organisation des compétitions sélectives est précisée dans l'annexe annuelle N°1 au présent règlement ;
- Les autres compétitions peuvent être réalisées tout au long de la saison sportive.

#### 4.3. Procédures

- Les demandes d'organisation d'une Manche de Coupe de France devront être effectuées **avant le 15 Juillet** de la saison sportive précédente. La demande se fera en ligne. La CNA informera des candidatures retenues.
- Les déclarations d'organisation d'une compétition sélective devront être effectuées **entre le 1<sup>er</sup> août et le 30 septembre** pour être inscrites au calendrier de la saison en cours.
- Les déclarations d'organisation d'une compétition non officielle, pourront être effectuées 1 mois calendaire avant la date de l'événement.

Pour être recevable, les compétitions, objet de la demande, devront être inscrites aux calendriers sportifs du comité départemental ou du comité régional dont elles dépendent.

Les éléments de la compétition devront être enregistrés dans le logiciel fourni et transmis au site web dédié des résultats **sous 8 jours** (bouton spécifique dans le logiciel).

**A défaut du respect de ces dispositions, la compétition ne sera pas prise en compte dans les classements.**


#### 4.4. Accessibilité

##### 4.4.1 Niveau de pratique minimal requis

Toutes les catégories d'âges sont astreintes aux niveaux de pratique suivant selon le niveau des compétitions et les exigences techniques et de sécurité afférentes.

NIVEAU D'APNEE REQUIS Saison 2023	
Compétitions « OPEN »	Aucun niveau requis
Tous autres compétitions	Pass Apnéiste Piscine à minima & Apnéiste à partir de la saison 2024

##### 4.4.2 « Minimas » et « maximas »

	Date de création : 21/11/2008 Date de révision : 29/09/2022 Indice de révision : 11.7	12
---	---	----

- Les performances minimales ou maximales à satisfaire selon les compétitions dites « Minimas » (statique et dynamiques) et « maximas » (endurance et vitesse) sont précisées dans l'annexe annuelle au règlement particulier apnée piscine (cf. annexe annuelle n°1) ;
- Ces performances sont à réaliser au cours de la saison pour accéder au Championnat de France Elite N1 ou au critérium national N2, et/ou au cours de la saison précédente pour accéder à une Manche de Coupe de France.

#### 4.5. **Classement numérique national**

Les résultats des compétitions sélectives, du championnat de France Elite N1 et du critérium national N2 servent à établir le classement numérique national de chaque épreuve.

Les résultats sont pris en compte officiellement pour actualiser le classement numérique national d'une épreuve à la condition que l'organisateur ait respecté le cahier des charges spécifique desdites compétition et achevé la procédure afférente.

### Préambule

L'organisateur, le juge principal et le juge sécurité doivent impérativement veiller à la délimitation claire et au respect des zones de compétitions et d'échauffement et en interdire l'accès aux personnes non prévues au présent règlement (autres qu'sportifs et entraîneurs)

## 5. SECURITE

5.1. La compétition est placée sous la responsabilité du comité d'organisation. La présence d'un médecin n'est pas obligatoire. La chaîne habituelle des secours est mise en place par l'organisateur conformément aux dispositions du code du sport. Si l'organisateur veut l'aide d'un médecin pour l'élaboration d'un plan de secours il aura la possibilité de consulter les médecins locaux. Le juge de sécurité, placé sous l'autorité du juge principal est chargé de toutes les questions de sécurité sur la compétition.

5.2. Le matériel de secourisme utilisable sur les lieux de la compétition est au minimum composé de trois bouteilles d'oxygénothérapie pleine (200b) équipées d'un BAVU ou masque à haute concentration. Cependant, jusqu'au niveau régional, seules 2 bouteilles d'oxygénothérapie sont obligatoires à la condition qu'il n'y ait pas plus de deux postes de compétition en simultanée.

5.3. La présence d'apnéistes de sécurité dans l'eau est obligatoire pour toutes les épreuves à l'exception des épreuves de sprint endurance (16x50m, 16x25m, etc...) et de sprint (100 m « speed », etc...) où les apnéistes de sécurité sont positionnés sur le bord du bassin.

5.4. Les apnéistes de sécurité sont sélectionnés et choisis par le comité d'organisation. Ils sont sous l'autorité du juge de sécurité. Ils n'interviennent pour assistance que sur directives du juge principal.

5.5. La zone d'échauffement est placée sous la responsabilité du juge d'échauffement. 2 apnéistes de sécurité au minimum assurent la surveillance générale de la zone et veillent au respect des règles de sécurité. Tout manquement aux règles de sécurité doit être signalé au juge principal.

5.6. Epreuve statique : la sécurité de chaque compétiteur dans la zone d'échauffement peut être assurée par les concurrents entre eux, ou par leur capitaine ou entraîneur respectif à la condition que celui-ci soit en possession d'une licence FFESSM ou CMAS. Ces personnes ne peuvent pratiquer l'apnée tout en assurant la sécurité des sportifs.

## 6. DEROULEMENT GENERAL DES EPREUVES

- 6.1. Les épreuves se dérouleront toutes catégories d'âges confondues ;
- 6.2. L'ordre de passage des sportifs est fonction des performances annoncées par ces derniers lors de leur inscription. Les passages se succèdent dans l'ordre croissant des performances annoncées (et ordre inverse pour les épreuves de vitesse et d'endurance) ;
- 6.3. Les sportifs doivent se présenter à (aux) l'heure(s) précisée(s) par le comité d'organisation pour valider leur participation et, si le contrôle des documents n'a pas été fait de façon dématérialisée, présenter les originaux des pièces d'inscription.
- 6.4. Un listing nominatif des passages comportant : l'heure d'accès à la zone d'échauffement, l'heure d'accès en zone de compétition, l'heure de passage de chaque sportif doit être affiché en un lieu accessible aux sportifs et indiqué à ces derniers. L'organisateur s'engage à publier la veille sur le site dédié à la compétition, les horaires de passage des athlètes à la première épreuve de chaque journée.  
**Il appartient aux sportifs de se présenter à l'heure prévue, aux différents postes.**
- 6.5. Pour les épreuves de dynamique, la zone de compétition ne pourra pas comporter plus de 4 lignes de compétition. Chaque ligne doit être délimitée par deux lignes flottantes. Les sorties sur le bord sont interdites. Les lignes près du bord sont autorisées comme lignes de compétition, uniquement si elles sont équipées de 2 lignes flottantes, les appuis et sorties sur les bords latéraux sont interdits.
- 6.6. Pour les épreuves d'endurance ou de sprint (16x25 m, 16x50 m, sprint 100 m), le nombre de ligne de compétition est libre et déterminé par l'organisateur.
- 6.7. Les postes de passage sont identifiés par des panneaux aussi bien visibles depuis la zone de compétition (bassin) que depuis le poste de contrôle (juges).
- 6.8. La zone d'échauffement est ouverte 45 minutes avant le passage de la première série ou compétiteur ce délai pourra être réduit à 15 mn.
- 6.9. 45 mn avant son passage, et avant d'accéder à la zone d'échauffement, le sportif se présente au juge de la zone d'échauffement. Il peut se faire représenter par son coach. Le sportif devra ensuite, de lui-même, 5-6 mn avant son top départ se présenter au juge départ.
- 6.10. Un seul partenaire licencié FFESSM ou CMAS (capitaine, entraîneur ...) est autorisé à suivre et à encadrer l'échauffement du sportif dans la zone d'échauffement (toutes épreuves).
- 6.11. Le sportif n'accède à la zone de compétition qu'**avec l'accord du juge départ**. Une zone de temporisation comportant des chaises si l'organisation le permet peut-être mise en place.
- 6.12. Un entraîneur est autorisé à suivre le sportif dans la zone de compétition **avant les 3 mn** précédant le top départ, pour les épreuves de dynamique.

6.13. Lors de sa préparation, y compris dans les 3mn précédant le top départ, le sportif peut immerger les voies aériennes. Il devra toutefois obligatoirement avoir les voies aériennes hors de l'eau lors du top départ. A défaut, il aura une faute de règlement pour départ hors protocole.

6.14. Afin de procéder aux différents contrôles, le sportif doit obligatoirement être présent à son poste, à minima 1mn avant le top départ de l'épreuve, à moins d'avoir signalé son désistement à la table de marque, avant l'affichage des séries. A défaut, une faute de règlement est appliquée sauf si, pour des circonstances exceptionnelles, le juge principal en décide autrement et autorise le sportif à participer dans le cadre d'une série suivante

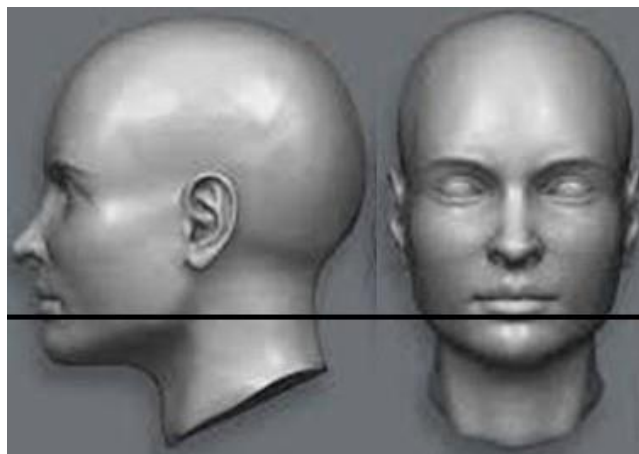
6.15. Le départ est donné suivant le décompte ci-après effectué en français par un juge : 3'00, 2'00, 1'30'', 1'00, 30'', 20'', 10'', 5'', 4'', 3'', 2'', 1'', « TOP DEPART », 10'', 20'', 25'', 26'', 27'', 28'', 29'', 30''. Chaque compétiteur doit débiter sa performance à partir du « TOP DEPART » et avant le « TOP DEPART + 30s », **ceci pour toutes les épreuves.**

6.16. Les sportifs n'ont droit qu'à une seule performance officielle qu'ils réalisent obligatoirement au moment du passage de la série à laquelle ils appartiennent.

#### 6.17. Protocole de sortie (toutes épreuves)

Sans aucune incitation de qui que ce soit, dès l'émersion des voies aériennes, en fin de performance, le sportif doit :

1. Dans un délai maximum de 20 secondes, faire le signe « OK » en direction du juge de surface qui sera sur le bord de la piscine ;
2. Se maintenir à flot sans nécessiter d'assistance. Si le sportif est en difficulté, le juge principal demandera l'assistance des apnéistes de sécurité. Dans ce cas, le sportif sera déclaré en syncope ;
3. S'assurer qu'aucune partie de la tête située au-dessus de la ligne noire (figure ci-dessous) ne soit immergée ;



4. Pendant ces 20 secondes le sportif pourra se tenir debout ou au bord du bassin (statique), à la ligne ou au support proposé par l'apnéiste sécurité (dynamique).

Cependant, pendant le protocole, la tête ne devra pas être en appui sur la ligne d'eau, le bord ou encore les bras sous peine de défaut de protocole.



Le sportif pourra parler pendant ce protocole mais pas l'entraîneur.

5. Le protocole devra être fait par le compétiteur dans sa zone de performance (ligne d'eau) et il doit y rester sous la surveillance des juges jusqu'à ce que le juge surface lui signifie la fin de l'épreuve en présentant une des plaquettes de couleur.

6.18. **Le juge surface aura à sa disposition 3 plaquettes (une blanche, une jaune, une rouge).** Ces plaquettes lui permettront à la fin de la performance, **en accord avec le juge principal**, de valider (blanche), ou d'invalider la performance (rouge), la plaquette jaune indique que la décision est reportée ou fait l'objet d'une pénalité. La décision doit être rendue dans les 3 mn suivant la fin de la performance. Si ce n'est pas possible, la décision est reportée en fin d'épreuve afin de ne pas perturber le déroulement de l'épreuve.

6.19. **Le matériel** est au choix de l'apnéiste et fait l'objet d'une réglementation spécifique telle que définie par les articles (12) et suivants.

6.20. Le compétiteur peut enlever son lest à tout moment au cours de son épreuve.

6.21. Un point d'appui, tel qu'un flotteur par exemple, est prévu par l'organisation pour la phase de préparation à l'apnée et au moment où le sportif émerge. Il n'appartient pas aux apnéistes de soulager les lignes d'eau de quelque manière que ce soit, ceci constituerait une aide au compétiteur et pourrait être sanctionné (faute de règlement).

6.22. Pour les épreuves de dynamique, d'endurance et de sprint, toute aide à la propulsion, autre que les mouvements de nage, sont interdites.

6.23. Le commentateur officiel est autorisé à commenter en permanence les épreuves sans que les compétiteurs ne puissent s'estimer gênés par ses commentaires. Il peut annoncer les temps réalisés par chaque sportif à la fin de leur performance ou pendant celle-ci, ainsi que les décisions du juge principal.

6.24. Les applaudissements et encouragements sont admis pendant ou à la fin de chaque performance des sportifs, et ce même si les autres sportifs de la même série n'ont pas terminé leur performance, de sorte que les sportifs ne seront pas recevables à soutenir qu'ils auraient été gênés dans leur réalisation par les dits applaudissements.

6.25. Les vidéastes et photographes autorisés par le comité d'organisation ne sont admis dans l'eau uniquement dans les zones d'échauffement ou dans les zones prévues à cet effet.

6.26. L'heure de l'affichage des résultats sera annoncée officiellement et il sera précisé où trouver le juge principal pour déposer une éventuelle réclamation.

6.27. Les réclamations : le sportif ou son entraîneur peut effectuer une réclamation écrite qui doit obligatoirement préciser l'article du règlement remis en cause. Cette réclamation sera déposée auprès du juge principal, dans les 15 min suivant l'affichage des résultats. Pour être recevable, une somme de 50€, sera demandée par réclamation. Cette somme sera rendue s'il s'avère que cette réclamation était justifiée.

## 7. EPREUVE D'APNEE STATIQUE

7.1. Le principe de cette épreuve est de demeurer en apnée, voies aériennes immergées, le plus longtemps possible. Le vainqueur de l'épreuve est donc le sportif qui aura réalisé le temps le plus long dans ces conditions.

7.2. L'épreuve se déroule en milieu artificiel ou naturel aménagé de manière à ce que le compétiteur puisse prendre appui avec les pieds.

7.3. Pour être validée, la performance doit être réalisée avec les voies aériennes immergées. La position du corps est au choix du sportif.

7.4. L'équipement est au choix du sportif. Cet équipement fait l'objet d'une réglementation spécifique telle que définie par l'article intitulé « matériel des compétiteurs ».

7.5. La présence de l'entraîneur est acceptée dans la zone de compétition dans ou en dehors de l'eau auprès du sportif qu'il encadre, sans gêner les apnéistes de sécurité ou les juges. Dès l'immersion des voies aériennes du compétiteur, les tops sécurité et/ou une intervention d'urgence seront réalisés uniquement par l'apnéiste de sécurité de l'organisation. L'apnéiste de sécurité choisira sa place à côté du sportif en priorité afin d'assurer au mieux la sécurité. Une fois la performance commencée, en aucun cas l'entraîneur ne peut s'adresser aux juges ou apnéistes de sécurité sauf pour demander l'arrêt en urgence de l'épreuve de son sportif entraînant ainsi sa disqualification. Pendant l'épreuve l'entraîneur peut toucher et parler au sportif. Dès l'émersion des voies aériennes du sportif, l'entraîneur doit se mettre en retrait et ceci jusqu'à la fin de l'épreuve spécifiée par les juges par la présentation de la plaquette de couleur ; c'est-à-dire qu'il ne doit en aucun cas stimuler le sportif par aucun moyen que ce soit.

7.6. **Le chronométrage** est effectué par deux chronométrateurs. Ils déclenchent leur chronomètre à l'immersion des voies respiratoires. Ils arrêtent leur chronomètre à l'émersion des voies respiratoires du compétiteur.

7.7. **La performance** retenue est la moyenne des temps des 2 chronomètres (effectuée par le logiciel). La performance est mesurée au 100<sup>ème</sup> de secondes près.

7.8. **Un apnéiste de sécurité** est présent dans l'eau à côté du sportif pendant la réalisation de la performance. Il est chargé de vérifier l'état de conscience du sportif durant la réalisation de la performance et n'a aucune prérogative d'un entraîneur. Pour ce faire, il doit préalablement à la réalisation de la performance convenir avec le sportif d'un geste de communication, validé par le juge de poste. Au cours de la réalisation de la performance, il doit toucher le sportif de façon non équivoque. De son côté, le sportif doit répondre convenablement par le geste convenu à l'avance avec l'apnéiste de sécurité. Le premier signal sera fait 1mn avant la Performance Annoncée (PA), le second 30s avant, le troisième 15s avant, puis à PA et toutes les 15s ensuite. Si le temps annoncé, n'est pas un multiple de 30'', on retiendra un temps de Performance Annoncée Recalculé (PAR) prenant le multiple de 30s inférieur (ex : PA 3'46, on retiendra PAR 3'30 pour le calcul).

7.9. Si l'apnéiste de sécurité en charge de la surveillance d'un compétiteur estime que le geste proposé par ce dernier n'est pas de nature à permettre la vérification de l'état de conscience, il doit en faire part au juge responsable de la zone. Dans ce cas le juge impose alors au compétiteur un geste à sa convenance.

7.10. Si le sportif ne répond pas par le geste convenu, l'apnéiste de sécurité doit le solliciter une nouvelle fois sans délai. Si le sportif persiste à ne pas répondre correctement, ou s'il ne répond pas, le juge principal demandera à l'apnéiste de sécurité de le sortir immédiatement de l'eau. Si l'intervention de l'apnéiste de sécurité est requise, le sportif sera alors considéré en syncope.

7.11. L'apnéiste de sécurité est autorisé à déplacer doucement le compétiteur pendant la performance afin de ne pas gêner les compétiteurs voisins.

## **8. EPREUVES D'APNEE DYNAMIQUE**

### **8.1. Principe des épreuves dynamiques avec palmes (monopalme et bi-palmes) et sans palme.**

Le principe consiste à parcourir en apnée, la distance la plus longue possible. Le vainqueur de l'épreuve est donc le sportif qui aura réalisé la distance la plus longue. Pour être validée, la performance doit être réalisée avec les voies aériennes immergées. L'épreuve se déroule en piscine ou milieu naturel dont le bassin a une longueur minimale de 25 mètres et une profondeur minimale de 1m. Toutefois une performance internationale ne pourra être validée que si elle est effectuée dans un bassin d'une profondeur minimale de 1,40m. L'épreuve peut également se dérouler en milieu naturel dans le respect des conditions élaborées précédemment pour le milieu artificiel.

### **8.2. Protocole de départ spécifique aux épreuves de dynamique.**

Ces épreuves se déroulent sur 4 postes maximum (nombre pair de poste, obligatoirement, pour une bonne alternance de coté).

- Le sportif se présente au juge départ, au minimum 1 mn avant son top départ, sous peine de pénalité (faute de règlement)
- Les sportifs d'une même série partent « décalés » toute les 3mn selon la séquence suivante : (Exemple de départ 1 par 1 bassin 6 lignes) :
  - Ligne 2 : appel 00:00 > départ 00:03
  - Ligne 5 : appel 00:03 > départ 00:06
  - Ligne 3 : appel 00:06 > départ 00:09
  - Ligne 4 : appel 00:09 > départ 00:12

Donc, les concurrents d'une même série partent **un par un**, alternativement d'un côté et de l'autre du bassin.

- Les épreuves de dynamique mono et bi palmes pourront s'enchaîner sans interruption.

8.3. **Sécurité** : Chaque compétiteur sera sous la surveillance immédiate d'un ou de deux apnéistes de sécurité chargé(s) de le suivre durant son évolution.

8.4. **Départ** : Le départ doit se faire obligatoirement dans l'eau. Le sportif doit démarrer sa performance en touchant le mur de départ avec **une partie du corps ou de son équipement**. Ainsi, au moment du départ, il est demandé au sportif de toucher le mur que ce soit au moment où il immerge ses voies aériennes ou juste après.

8.5. **Nage** : En dynamique bi-palmes, le mouvement devra **obligatoirement** se faire en battements et non en ondulations. **Une** ondulation sera toutefois tolérée pour relance en sortie de virages.

8.6. **Virage** : A chaque virage **une partie quelconque du corps ou de l'équipement** devra obligatoirement toucher le mur de la piscine ou de la zone de performance sans émerger les voies aériennes.

8.7. **Sortie** : La distance parcourue est déterminée par la sortie franche des voies aériennes. La mesure s'effectue au centimètre près. La performance est ramenée au centimètre inférieur. Si le compétiteur émerge ses voies aériennes avant de toucher le mur, la distance retenue sera celle correspondant à l'émersion des voies aériennes. Si le compétiteur touche le mur puis émerge ses voies aériennes sans avoir effectué un demi-tour complet, la distance retenue est celle correspondant au toucher du mur (50,00m ou 100,00m, 150,00m...). Si le compétiteur touche le mur puis engage un demi-tour complet avant d'émerger ses voies aériennes, la distance retenue sera celle de la distance au mur additionnée de la distance où émergent les voies aériennes (ex : 100,00m + 1,55 = 101,55m).

## **9. EPREUVES DE 16 x 50 m, 16 x 25 m et 100 m Apnée**

### **9.1. Dispositions communes**

Le principe des épreuves est de couvrir les longueurs de piscine en un minimum de temps. L'épreuve se déroule obligatoirement en piscine.

9.1.2. Dans la mesure du possible, des séries féminines et masculines seront organisées et l'ordre de passage des sportifs sera fonction des performances annoncées. Les séries sont numérotées et se succèdent dans l'ordre décroissant des performances annoncées. Dans une même série, les deux meilleures performances annoncées seront situées dans les deux lignes d'eau centrales. Les deux meilleurs temps suivants seront de part et d'autre des deux lignes centrales et ainsi de suite.

9.1.3. La prise de temps commence au TOP DEPART et se finit :

- À la fin de la 16<sup>ème</sup> longueur lorsque le mur est touché, pour les 16x50 et 16x25
- À la fin de la 2<sup>ème</sup> longueur lorsque le mur est touché pour le 100m

Le vainqueur est le sportif ayant obtenu le temps le plus faible pour parcourir les 16 longueurs (16x50, 16x25) ou les 2 longueurs (100m). Si dans la même épreuve, plusieurs compétiteurs touchent le mur simultanément, ils sont classés au même rang dans le classement officiel.

9.1.4. Le départ doit se faire obligatoirement dans l'eau. Le sportif doit démarrer sa performance en touchant le mur de départ avec une partie du corps ou de la palme que ce soit au moment où il immerge ses voies aériennes ou juste après.

9.1.5. **Le protocole de sortie est requis pour ces épreuves, à la fin de la performance.**

## 9.2. Epreuves de 16 x 50 m et 16 x 25 m

9.2.1. Les épreuves de 16x50 m et 16x25m apnée sont nagées par fractions en alternant la nage en apnée sur toute la longueur avec une phase de récupération passive obligatoire en bout de ligne d'eau.

9.2.2. L'épreuve se déroule dans un bassin de 25 ou 50 mètres.

9.2.3. Pour une piscine d'une longueur de 25 mètres, l'épreuve portera le nom de 16 x 25m apnée, pour une piscine d'une longueur de 50 mètres, l'épreuve portera le nom de 16 x 50 m apnée. Il ne pourra donc pas y avoir de 16(ou 8) x 50 en bassin de 25 mètres.

9.2.4. La présence **d'un seul entraîneur** est autorisée de chaque côté du bassin dès lors que cela ne gêne en rien la sécurité mise en place.

9.2.5. A la fin de chaque longueur, le sportif doit avoir un contact avec le mur avant que ses voies aériennes ne sortent de l'eau.

9.2.6. La présence d'apnéistes de sécurité dans l'eau n'est pas obligatoire, cependant des apnéistes de sécurité ou des juges doivent être prêts à intervenir.

## 9.3. Epreuve du 100 m Apnée

9.3.1. L'épreuve est nagée en apnée d'une traite ou en 2 distances de 50 m. Les voies aériennes sont immergées sur toute la longueur avec une phase de récupération passive en bout de ligne d'eau si le compétiteur le désire.

9.3.2. L'épreuve se déroule obligatoirement dans un bassin de 50 mètres.

9.3.3. Virage aux 50 m :

➤ Le sportif décide de réaliser les 100 m d'une traite : Au virage une partie quelconque du corps ou de l'équipement devra obligatoirement toucher le mur de la piscine ou de la zone de performance sans émerger les voies aériennes.

➤ Le sportif décide d'effectuer une phase de récupération passive en bout de ligne d'eau :

A l'arrivée du 1<sup>er</sup> 50m, le sportif doit toucher le mur avant de sortir les voies aériennes sous peine de faute de règlement. Au départ de la longueur, il est demandé au le sportif de toucher le mur que ce soit au moment où il immerge ses voies aériennes ou juste après. De la même manière, à la fin de chaque longueur, le sportif doit avoir un contact avec le mur avant que ses voies aériennes ne sortent de l'eau.



#### 9.3.4. Fin de performance :

Aux 100 m, le sportif doit avoir un contact avec le mur avant que ses voies aériennes ne sortent de l'eau sous peine de faute de règlement.

## 10. SANCTIONS ET FAUTES

### 10.1. Définition des sanctions et pénalités

Chaque type d'infraction aux règlements est sujet soit à des pénalités ou à des sanctions. Trois niveaux de sanction sont définis (avertissement, faute de règlement et disqualification).

10.1.1. « L'avertissement » : donné pour faute minimale et à titre préventif. En cas de récurrence, la sanction peut être augmentée. Cette sanction n'a aucune incidence sur la performance, ni sur la participation du sportif aux autres épreuves de la compétition. Un deuxième avertissement envers un entraîneur ou un sportif entraînera une sanction pouvant aller jusqu'à la disqualification du sportif.

10.1.2. « La faute de Règlement » donnée lors d'un non-respect de règle spécifique à une épreuve. Cette sanction implique la nullité de la performance pour l'épreuve dans laquelle elle a été donnée. Elle n'interdit pas au sportif de participer aux autres épreuves.

10.1.3. « La disqualification » : Sanction donnée pour faute grave. Cette sanction entraîne la nullité de l'épreuve dans laquelle elle a été jugée et elle entraîne, par surcroît, l'interdiction de participer aux épreuves suivantes de la compétition, voire à une interdiction de participation à tout type de compétition apnée pendant une durée déterminée.

10.1.4. Les pénalités de performance n'entraînent pas la nullité de l'épreuve. Cependant la performance est minorée en fonction du type d'erreur commise telle que : pénalité de mur départ, de non-respect de la performance annoncée....

10.1.5. Les sanctions sont données pour l'année sportive en cours et peuvent être applicables sur la saison suivante dans le cas de recouvrement.

### 10.2. Les pénalités de performance concernant l'apnée statique, l'apnée dynamique avec ou sans palme

#### 10.2.1. *Pénalité générale*

Dynamique : 3m

#### 10.2.2. *Pénalités de « mur départ »*

Dans les épreuves dynamiques, au départ il est demandé au sportif de toucher le mur (partie du corps ou équipement) que ce soit au moment où il immerge ses voies aériennes ou juste après. En cas de non-respect, une pénalité générale sera appliquée (10.2.1).

#### 10.2.3. *Pénalité de « non-respect de la performance annoncée »*

Statique : si la performance réalisée (PRéa) est inférieure à celle annoncée (PA) lors des inscriptions, la performance retenue (PRet) sera calculée ainsi :

$$PRet = PRéa - (PA - PRéa)$$

$$Ex : PA = 4'00 \quad PRéa = 3'30'' \quad PRet = 3'30'' - (4'00'' - 3'30'') = 3'00''$$



Dynamique palme et sans palme : si la performance réalisée (PRéa) est inférieure à celle annoncée (PA) lors des inscriptions, la performance retenue (PRet) sera calculée ainsi :

$PRet = PRéa - (PA - PRéa) - \text{Pénalité générale}$

ex : PA 100m PRéa 85.00m Pénalité générale= 3,00m

$PRet = 85,00 - (100 - 85,00) - 3,00 = 67,00m$

#### **10.2.4. Changement de ligne d'eau au cours de l'épreuve**

Tout compétiteur changeant totalement (le corp entier) de ligne d'eau et revenant de lui-même dans sa zone de compétition au cours de l'épreuve en apnée dynamique avec ou sans palme ou au cours du 16 x50 m, 16 x 25 m apnée et 100 m apnée aura une pénalité générale. Si ce changement nécessite l'intervention de l'apnéiste de sécurité ou du juge, il sera disqualifié.

### **10.3. Les fautes de règlement communes à toutes les épreuves d'apnée**

**10.3.1. Entraînement seul L'échauffement du sportif dans la zone d'échauffement doit être encadré et ceci obligatoirement en présence d'un seul partenaire (capitaine, entraîneur) ou à défaut par un apnéiste de sécurité. Tout échauffement seul dans cette zone entraîne une faute de règlement (nullité de l'épreuve) pour le sportif concerné. Si une récidive est constatée au cours de la même compétition, le sportif se verra attribuer une disqualification pour l'ensemble des épreuves suivantes de cette même compétition.**

#### **10.3.2. Présence de l'entraîneur, capitaine ou tout autre membre de l'équipe du sportif**

En dehors des plages de temps et des zones autorisées au cours des épreuves telles que l'apnée statique et le 16 x 50 m ou 16 x 25 m, la présence de l'entraîneur du sportif, et/ou de son capitaine et/ou d'un membre de son équipe dans la zone de compétition entraîne une faute de règlement pour le sportif en cours de performance et donc la nullité de sa performance. Si une récidive est constatée au cours de la même compétition, le sportif se verra attribuer une disqualification pour l'ensemble des épreuves suivantes de cette même compétition. A noter, si la personne qui pénètre dans la zone de compétition est un compétiteur, alors il s'expose aussi à une faute de règlement.

#### **10.3.3. Non-respect du « top départ »**

Tout compétiteur coupable d'un faux départ, c'est-à-dire partant avant le TOP DEPART, ou n'étant pas parti à TOP + 30s, se verra appliquer une « faute de règlement » entraînant la nullité de l'épreuve en cours.

#### **10.3.4. Nage en ondulation (bi-palmes)**

Dans les épreuves de dynamique bi-palmes, le mouvement doit obligatoirement se faire en battements. Toute ondulation, en dehors de celle de relance après virages, sera sanctionnée par une faute de règlement.

#### **10.3.5. Utilisation d'un matériel non conforme au règlement.**

#### **10.3.6. Aide à la propulsion**

Tout compétiteur se propulsant par des moyens autres que les mouvements de nage (à l'exception des poussées contre le mur ou le fond du bassin à l'occasion des virages, se verra attribuer une faute de règlement entraînant la nullité de l'épreuve.



Date de création : 21/11/2008

Date de révision : 29/09/2022

Indice de révision : 11.7

23

**10.3.7. Non-respect du protocole de sortie.** Si le compétiteur ne respecte pas le protocole de sortie défini en 6.17, il se verra attribuer une « faute de règlement » entraînant la nullité de sa performance.

**10.3.8. Accès zones d'échauffement ou de compétition avant l'appel.** Le compétiteur qui accéderait à ces zones avant d'y avoir été autorisé se verra attribuer une « faute de règlement » entraînant la nullité de sa performance.

**10.3.9. Quitter la zone de compétition avant libération par le juge.** Le compétiteur qui quitterait la zone de compétition avant d'avoir été libéré par le juge (présentation d'un des cartons) se verra attribuer une « faute de règlement » entraînant la nullité de sa performance.

#### **10.4. Les pénalités et fautes de règlement dans les épreuves du 16 x 50 m apnée, 16 x 25 apnée et du 100 m apnée,**

**10.4.1. Pénalité générale Vitesse : 10% du temps réalisé**

**10.4.2. Faute de règlement : Non-respect du « top départ »**

Tout compétiteur coupable d'un faux départ, c'est-à-dire partant avant le TOP DEPART, ou après les 30s, se verra appliquer une « faute de règlement ».

**10.4.3. Pénalité : Non-respect du « Mur départ »**

Départ : il est demandé au sportif de toucher le mur que ce soit au moment où il immerge ses voies aériennes ou juste après. En cas de non-respect, il sera appliqué une pénalité de 10% du temps total final, à chaque manquement.

**10.4.4. Faute de règlement : Non-respect de la « fin de longueur »**

A la fin de chaque longueur, le compétiteur doit avoir un contact avec le mur avant qu'il émerge ses voies aériennes. Un sportif qui ne respecte pas cette condition se verra appliquer une faute de règlement.

**10.4.5. Pénalité de « non-respect de la performance annoncée »**

Si la performance réalisée (PR) est supérieure à celle annoncée (PA), une pénalité sera ajoutée à la performance réalisée. La pénalité est égale à la pénalité générale ;

$$PR_{\text{ret}} = PR_{\text{éa}} + (10\% PR_{\text{éa}})$$

#### **10.5. Les disqualifications**

**10.5.1. Non présentation à l'enregistrement**

Tout sportif doit se présenter sur les lieux de la compétition, pour enregistrement à l'heure précisée par le comité d'organisation de la manifestation. Il pourra être représenté, mais ses documents originaux nécessaires à l'inscription initiale devront être présentés. Si le sportif est absent ou s'il ne peut présenter ou faire présenter les documents, il sera disqualifié. Dans ce cas, il ne pourra pas demander le remboursement de ses frais d'inscription.

**10.5.2. Non présentation à une épreuve**

Tout sportif doit se présenter à l'appel de sa série aux juges de sa série si aucune disqualification ne lui a été notifiée dans une épreuve précédente. S'il décide de ne pas se présenter, il doit impérativement avoir prévenu le secrétaire, avant l'affichage des séries, sous peine de disqualification pour l'ensemble des épreuves à venir de cette même compétition.



Date de création : 21/11/2008  
Date de révision : 29/09/2022  
Indice de révision : 11.7



### 10.5.3. *Inhalation d'oxygène*

Toute inhalation d'oxygène ou d'un mélange suroxygéné dans l'heure qui précède l'épreuve est interdite et engendre la disqualification du sportif pour l'ensemble de la compétition. Cette faute grave pouvant être accompagnée d'une suspension de compétitions définie en conseil de discipline.

### 10.5.4. *Syncope*

➤ En cas de perte de conscience / syncope, et/ou **si le juge principal** décide que le compétiteur a **besoin d'assistance**, il demande aux apnéistes de sécurité d'assister le sportif en lui sortant au minimum les voies aériennes de l'eau. Dans les deux cas, le sportif est déclaré en syncope, entraînant sa disqualification (suspension de l'épreuve en cours ainsi qu'au reste de la compétition) ;

➤ Toute syncope survenant au cours de l'échauffement ou de l'épreuve (jusqu'à libération par le juge) entraîne la disqualification du sportif ;

➤ Une première syncope entraîne la disqualification du sportif dans l'épreuve à l'occasion de laquelle la syncope est intervenue ainsi que pour la suite de la compétition dans les autres épreuves. Néanmoins le sportif conserve les résultats précédemment acquis dans les autres épreuves ;

➤ La syncope interdit son auteur de toutes compétitions apnée (piscine ou poids constant) durant une période de 30 jours suivant le jour de ladite syncope ;

➤ S'il y a récurrence dans l'année sportive en cours, la sanction entraîne une interdiction de toutes compétitions apnée (piscine ou poids constant) de 90 jours ;

➤ Dans le cas d'une deuxième récurrence, la sanction est portée à 180 jours d'interdiction de toute compétition apnée (piscine ou poids constant) ;

➤ Une sanction dont la durée va au-delà de la saison sportive se poursuit la saison suivante.

NATURE	INTERDICTION
SYNCOPE	30 jours
SYNCOPE 1ère récurrence	90 jours
SYNCOPE 2ème récurrence	180 jours

### 10.5.5. *Manifestation d'humeur*

Toute manifestation d'humeur, de la part d'un sportif, de son capitaine ou de son entraîneur, de nature à gêner les autres compétiteurs ou juges peut amener le juge principal à prononcer la disqualification du sportif pour l'ensemble des épreuves restantes et/ou à autoriser les compétiteurs gênés à recommencer leur performance après les dernières séries.

### 10.5.6. *Non présentation au test anti-dopage*

Le refus de signer la notification ou de se présenter à un contrôle anti-dopage fera l'objet d'un constat de carence et le sportif sera sanctionné conformément à la législation en vigueur.

Tableau récapitulatif des pénalités et sanctions, avec carton correspondant.

<b>Statique</b>	Echauffement seul	A,FR	
<b>Toutes épreuves</b>	Comportement (sportif ou entraîneur)	A,FR	
<b>Toutes épreuves</b>	Non-respect perf annoncée	PG	Jaune
<b>Dynamiques</b>	Mur départ	PG	Jaune
<b>Dynamiques</b>	Changement total de ligne d'eau et retour sans intervention AS	PG	Jaune
<b>Dynamiques</b>	Aide à la propulsion	PG	Jaune
<b>Vitesse</b>	Mur départ	PG	Jaune
<b>Toutes épreuves</b>	Départ hors protocole	FR	Rouge
<b>Toutes épreuves</b>	Protocole de sortie	FR	Rouge
<b>Toutes épreuves</b>	Matériel non validé	FR	Rouge
<b>Toutes épreuves</b>	Accès/sortie zone de compétition sans autorisation	FR	Rouge
<b>Toutes épreuves</b>	Présence entraîneur hors des plages prévues	FR, D	Rouge
<b>Dynamiques</b>	Mur virage	FR	Rouge
<b>Dynamique bi palmes</b>	Nage en ondulation	FR	Jaune
<b>Vitesse</b>	Mur virage	FR	Rouge
<b>Vitesse</b>	Non-respect fin de longueur	FR	Rouge
<b>Vitesse</b>	Aide à la propulsion	FR	Rouge
<b>Dynamiques</b>	Changement total de ligne d'eau avec ou sans intervention de l'AS	D	Rouge
<b>Toutes épreuves</b>	Non présentation à une épreuve	D	Rouge
<b>Toutes épreuves</b>	Inhalation d'oxygène	D	Rouge
<b>Toutes épreuves</b>	Syncope	D	Rouge
<b>Toutes épreuves</b>	Manifestation d'humeur	D	Rouge
<b>Toutes épreuves</b>	Non présentation au test Anti dopage	D	Rouge
	Avertissement	A	
	Faute de règlement	FR	
	Pénalité	P	
	Pénalité Générale	PG	
	Disqualification	D	

## TITRE 3. ORGANISATION

### Incompatibilités

Dans le déroulement des compétitions, il existe des incompatibilités entre les différents postes ou fonctions. L'application de la charte de déontologie et des règlements fédéraux nécessite un partage sans ambiguïté des fonctions.

Le cumul de fonctions de juge, compétiteur, entraîneur, organisateur, délégué fédéral, est soumis à l'autorisation du comité d'organisation.

- Compétitions sélectives :
  - Pour les compétitions autres que manches de coupes de France il est possible qu'un compétiteur soit juge et inversement, si et seulement si, il concoure et juge dans des épreuves différentes. La demande doit être faite au juge principal.
  - Un juge principal ne peut être ni entraîneur ni compétiteur.

## 11. COMITE D'ORGANISATION ET JUGES

### 11.1 LE COMITE D'ORGANISATION

#### 11.1.1. *Rôle du comité d'organisation*

- ✓ Il fait valider et parvenir aux responsables de la commission apnée concernée, les actes de candidatures des diverses manifestations.
- ✓ Il est responsable de l'organisation de la compétition d'apnée. Il s'assure notamment du respect du protocole et de manière générale, du bon déroulement de la compétition.
- ✓ Le comité d'organisation doit :
  - Nommer le juge principal (ou le proposer à la CNA pour les épreuves nationale) ainsi que l'ensemble des juges et apnéistes sécurité
  - Etablir le programme des épreuves.
  - Organiser les réunions d'information.
  - Donner les informations générales aux compétiteurs ainsi qu'aux apnéistes de sécurité.
  - Veiller, en collaboration avec le médecin de la compétition et le juge de sécurité, à la mise en œuvre de mesures propres à assurer la sécurité de tous et notamment des sportifs.
  - Veiller à la transmission des éléments de la compétition, au site web dédié résultats.

### 11.1.2. **Composition du comité d'organisation**

Le comité d'organisation est composé au minimum :

- Du responsable régional de l'organisation.
- Du responsable du club ou de la structure organisatrice.
- Du juge principal
- Du médecin fédéral retenu pour la compétition.
- Du juge sécurité assurant, entre autres, la responsabilité des apnéistes de sécurité.
- En outre font partie de droit du comité lorsqu'elles sont présentes les personnes suivantes :
- Le Directeur Technique National ou son représentant ou délégué.
- Le Président de la Commission Nationale d'Apnée ou son représentant.
- Le Président de la FFESSM ou son représentant.

## 11.2 **LES JUGES**

### 11.2. **Général**

**Les juges et les assistants doivent prendre leur décision de manière autonome, et, à moins d'une indication contraire dans le règlement, indépendamment l'un de l'autre.**

Ils doivent être en possession d'une licence FFESSM de l'année sportive en cours (licence valable du 1<sup>er</sup> septembre de l'année en cours au 31 août de l'année suivante). Ils sont couverts par l'assurance de l'organisateur pour l'exercice de leur fonction.

#### 11.2.1.1 Composition du groupe des juges et assistants, définitions

- **Juge principal**, approuvé par la CNA pour les compétitions nationales
- **Juge départ**
- **Juge surface**
- **Juge échauffement**
- **Juge sécurité**
- **Juge chronométrateur** (statique, et Sprint et Endurance)
- **Speaker**
- Secrétaire de la compétition
- Assistance médicale
- **Autres assistances (Apnéistes Sécurité)**

**Le groupe des juges et les assistants, sont choisi par l'organisateur (sauf 11.2.1.1.1). Celui-ci est entièrement responsable de la préparation et du déroulement de l'évènement.**

Un officiel peut être compétiteur à la condition de ne pas occuper le rôle de juge principal ou juge surface et de ne pas participer à l'épreuve dans laquelle il officie en temps qu'officiel.

#### 11.2.1.1.1. **Le Juge principal**

**Le Juge principal est proposé et validé par le bureau de la CNA, pour les compétitions de niveau national. Pour les autres niveaux, il est choisi par l'organisateur.**

**Il a tout pouvoir et autorité sur les officiels dans les limites définies dans le présent règlement. Il doit approuver leurs positions et leur donner les instructions spécifiques concernant la compétition.**

**Il peut désigner un juge principal assistant pour opérer de l'autre côté du bassin.**

- Il doit s'assurer que les règles soient appliquées et doit résoudre toutes les questions concernant l'organisation de la compétition quand le règlement ne propose pas de solutions.

- Il doit s'assurer que tous les officiels nécessaires à l'organisation de la compétition soient à leur position respective. Il peut nommer des remplaçants pour les juges absents et remplacer ceux qui ne sont pas capable de tenir leur place. Il peut nommer des officiels supplémentaires s'il le juge nécessaire.
- Il autorise le juge départ à donner le départ après s'être assuré lui-même que tous les juges soient prêt et en place.
- Il peut prendre la décision pour un faux départ et relancer la procédure de départ.
- Le Juge principal peut annuler ou suspendre la compétition en cas de force majeur, tel que des conditions météo défavorables (dans le cas de piscine extérieur ou de milieu naturel) ou si le lieu de la compétition n'est plus en accord avec les besoins du règlement.
- Le Juge principal peut disqualifier un sportif pour toute violation des règles qu'il a personnellement observé ou pour lequel un officiel l'a informé.
- Seul le Juge principal peut autoriser l'équipe représentative à intervenir en cas de problème technique.
- Il reçoit les réclamations de l'entraîneur ou du sportif

#### 11.2.1.1.2 Le Juge départ

- Il supervise le séquençement des épreuves.
- Il doit organiser l'activité des autres juges de la zone. Il est responsable du remplacement des juges et assistants dans sa zone.
- Il autorise le départ de la performance pour chaque sportif et **Il effectue les décomptes pour les sportifs, dans les épreuves de dynamiques.**
- **Il vérifie la qualité du départ** (timing et contact au mur) et valide en levant le bras.

#### 11.2.1.1.3 Le Juge surface

- Il doit signaler la sortie du sportif en levant un bras.
- Il observe le sportif durant la performance et il continue de le faire pendant les 20 (vingt) secondes que dure le protocole de sortie / surface.
- Il contrôle la mesure de distance parcourue et transmet cette mesure via son assistant au juge responsable pour la zone de compétition.
- Il vérifie que le sportif, pendant l'ensemble de sa tentative, est en bonne condition, et ne nécessite pas d'assistance.
- Il renseigne la fiche pour ce qui concerne performances et observations (irrégularités) et la transmet au secrétariat en fin d'épreuve.
- Il exécute ses fonctions depuis le côté de la piscine.
- 

#### 11.2.1.1.4 Le Juge échauffement

- Le juge échauffement se situe à l'entrée de la zone d'échauffement de la piscine.

#### **Sur la base des listes de départ :**

- Il vérifie et valide l'équipement non conventionnel des athlètes.
- Il autorise le sportif à entrer en zone d'échauffement.
- Il gère l'échauffement des sportifs dans la zone d'échauffement.

#### 11.2.1.1.5 Le Juge sécurité

**Il est responsable pour les questions de sécurité ainsi que des problèmes techniques de la compétition.**

**Il est sous l'autorité du Juge principal**

- Il doit s'occuper de tout le matériel nécessaire au bon déroulement des épreuves.
- Il est responsable de l'installation des différentes zones de compétitions selon les plans publiés dans le règlement spécifique.
- Il peut demander à ce que le comité d'organisation mette à sa disposition un nombre suffisant d'assistants afin qu'il puisse accomplir sa mission sans difficultés.

#### 11.2.1.1.6 Le speaker

- Il est responsable du décompte pour les épreuves chronométrées fonctionnant par séries.

#### 11.2.1.1.7 Les Juges chronométreurs <sup>(3)</sup>

- Ils enregistrent les temps des sportifs dont ils sont responsables.

#### 11.2.1.1.8 Le secrétaire de la compétition

- Il est responsable de la vérification des résultats écrits et des séries de chaque épreuve
- Il désigne ses assistants et dirige leurs missions.
- Il prépare le matériel ainsi que les documents nécessaires pour la compétition.
- Il vérifie les résultats, signe les documents et il s'assure que les décisions du Juge principal soient mises dans un document officiel.
- Il transmet les résultats concernant les podiums.
- Les résultats et documents ne doivent pas être transférés pour distribution tant que le Juge principal ne l'a pas autorisé.
- Il prépare le rapport final de la compétition.
- Si un responsable "presse" existe, le secrétaire de la compétition, avec la permission du Juge principal, fournis les informations sur la compétition aux médias.

#### 11.2.1.1.9 L'Apnéiste sécurité

- Il est, à minima Apnéiste et titulaire du RIFAA.

#### 11.2.1.2. La tenue des juges

Pour bien différencier les différents postes « clés », les juges porteront des **équipements (chasubles ...)** de couleur avec leur rôle imprimé.

- **Rouge : Juge Principal**
- **Vert : Juge départ**
- **Jaune : Juge Surface**
- **Bleu : juge Echauffement**
- Les autres juges, au choix de l'organisateur.

<sup>(3)</sup> Pour les épreuves de statique, sprint et endurance.

### 11.2.1.3 Niveau des juges

NIVEAU DES JUGES A MINIMA						
Niveau de compétition	Juge Principal	Juge de départ	Juge de surface	Juge échauf.	Juge de sécurité	Juge chrono
Officielle sélective	JFA1	JFA1	JFA1	JFA1 Stg	JFA1 Stg	JFA1 Stg
Manches de coupe et Champ de France Elite N1	JFA2 <sup>(4)</sup>	JFA1	JFA1	JFA1 stg	JFA1	JFA1 Stg

Si un JFA2 est présent sur une compétition, il sera obligatoirement juge principal.


### 11.2.2 L'organisation des juges

**L'organisation des juges est liée au type d'épreuves. Les différents postes ont été décrits ci-dessus. Une personne peut occuper plusieurs rôles (ex le juge surface peut être également chronométré sur les épreuves chronométrées). Toutefois, le juge surface ne peut être également juge principal.** Les tableaux ci-dessous indiquent **l'effectif des juges, par type d'épreuve, pour toute compétition officielle sélective.**

EFFECTIF DES JUGES					
APNEE STATIQUE					
Juge Principal	Juge Départ	Juge Sécurité	Juge Surface	Juge Echauf.	Apnéistes sécu
2 si 4 postes ou +	1	1	1 par poste	1	1 par poste + 2 à l'échauffement
EPREUVES CHRONOMETREES (16x50m, 100m)					
Juge Principal	Juge Départ	Juge Sécurité	Juge Surface	Juge Echauf.	Apnéistes sécu
2 (1 par extrémité)	1	1	2 par poste (1 par extrémité)	1	2 hors d'eau
EPREUVES DE DYNAMIQUE					
Juge Principal	Juge Départ	Juge Sécurité	Juge Surface	Juge Echauf.	Apnéistes sécu
2	2 (1 pour 2 lignes)	1	1 par coté (pour 2 lignes)	1	2 par coté (pour 2 lignes) + 1 mini par zone d'échauffement

On distingue les épreuves de dynamique et les épreuves « à chronométrage »

<sup>(4)</sup> Proposé par l'organisateur et validé par CNA.

	Date de création : 21/11/2008 Date de révision : 29/09/2022 Indice de révision : 11.7	31
---	---	----

### 11.2.2.1 Organisation pour les épreuves de dynamique

Ces épreuves se déroulent **sur 4 postes maximum**. Pour un bon fonctionnement de l'alternance des côtés, **le nombre de poste doit être pair** (2 ou 4).

### 11.2.2.2 Organisation pour les épreuves à chronométrage (statique, 16x—m et 100m)

Ces épreuves se déroulent **sur 4 à 10 postes**.

La **procédure de départ** reste inchangée avec simultanéité pour tous les sportifs d'une même série.

## TITRE 4. MATERIEL

## 12. MATERIEL DES COMPETITEURS

Il appartient au compétiteur de réaliser sa performance avec un matériel conforme au présent règlement.

A défaut, une faute de règlement sera appliquée.

### 12.1 Matériel autorisé

- ✓ Les bi-palmes et monopalmes sans restriction de dimensions et de nature de matériau, sur lesquelles pourra être collé le numéro d'ordre du sportif (Dessus et dessous).
- ✓ Le masque ou lunettes dont les verres doivent permettre la vision des yeux du sportif par l'apnéiste de sécurité et par les juges.

Tout équipement particulier, tel que le lest de cou ou de bonnet par exemple, doit être déclaré avant son utilisation en compétition au juge de la zone d'échauffement et approuvé et autorisé par ce dernier. De surcroît, le lest ne peut être validé par le juge échauffement que s'il est facilement largable. Les sportifs ne pourront pas se présenter dans la zone de performance avec un moyen auditif (ex : lecteur MP3).

Tout lestage caché induirait une disqualification de l'épreuve du compétiteur.

- ✓ Un point d'appui individuel type frite ou planche est autorisé pour que le sportif puisse se préparer lors du départ d'une épreuve.

### 12.2 Équipements auxiliaires

- ✓ L'utilisation d'une combinaison en néoprène ou lycra est autorisée.
- ✓ Des équipements auxiliaires autres que ceux proposés par le comité d'organisation ne sont pas autorisés.
- ✓ Les concurrents doivent se présenter dans une tenue sportive décente.
- ✓ Les inscriptions publicitaires (dont partenaires personnels...) sur les équipements et matériels sportifs sont autorisées dès lors que celles-ci ne sont pas contraires à la loi, aux bonnes mœurs et aux règlements fédéraux.
- ✓ Toutefois les sportifs, capitaines et entraîneurs doivent, nonobstant lesdites inscriptions publicitaires, se conformer aux exigences de l'organisation et porter les dossards, brassards et autres badges nécessaires au bon déroulement de la compétition et de son organisation.
- ✓ Tenue vestimentaire lors des podiums des championnats sportifs (Résolution N°11/063 du CDN 439 du 17 juin 2011) :

- Les sportifs portent la tenue de la structure qui les envoie à la compétition nationale (club, département, région). En l'absence de tenue, le sportif porte le T-shirt de la manifestation.



Date de création : 21/11/2008  
Date de révision : 29/09/2022  
Indice de révision : 11.7

32



- Les T-shirts de la manifestation arborent le logo de la Fédération avec marques ou dessins des clubs.
- la marque des sponsors personnels est possible sur le matériel des compétiteurs (palmes ou monopalme) ;
- Pour les compétitions internationales, les équipes de France ont les tenues fournies par la FFESSM ;
- Les marques des Fédérations ou organisations sportives autres que celle de la FFESSM ne sont pas autorisées.

## TITRE 5. DOPAGE

### 13. PREVENTION DU DOPAGE

#### **13.1 Application et code du sport**

**13.1.1** Il est rappelé que sont applicables les dispositions du code du sport et notamment les articles L.232-1 et suivants ainsi que le règlement disciplinaire particulier relatif à la lutte contre le dopage humain adopté par l'assemblée générale de la FFESSM et consultable et téléchargeable sur le site Internet de cette dernière.

**13.1.2** Enfin aux termes de l'article L. 232-2 du Code du Sport, « si le praticien prescrit des substances ou des procédés dont l'utilisation est interdite en application de l'article L. 232-9, le sportif n'encourt pas de sanction disciplinaire s'il a reçu une autorisation, accordée pour usage à des fins thérapeutiques, de l'Agence Française de Lutte contre le dopage. Cette autorisation est délivrée après avis conforme d'un comité composé de médecins placé auprès d'elle.

**13.1.3** « Lorsque la liste mentionnée à l'article L. 232-9 le prévoit, cette autorisation est réputée acquise dès réception de la demande par l'agence, sauf décision contraire de sa part ».

**13.1.4** Ainsi, il est notamment rappelé qu'aux termes de l'article L. 232-9 du code du sport : « Il est interdit, au cours des compétitions et manifestations sportives organisées ou autorisées par des fédérations sportives ou par une commission spécialisée instituée en application de l'article L. 131-19, ou en vue d'y participer. – d'utiliser des substances et procédés de nature à modifier artificiellement les capacités ou à masquer l'emploi de substances ou procédés ayant cette propriété ; – de recourir à ceux de ces substances ou procédés dont l'utilisation est soumise à des conditions restrictives lorsque ces conditions ne sont pas remplies. La liste des substances et procédés mentionnés au présent article est celle qui est élaborée en application de la convention contre le dopage, signée à Strasbourg le 16 novembre 1989, ou de tout accord ultérieur qui aurait le même objet ou qui s'y substituerait. La liste est publiée au Journal officiel de la République française ».

**13.1.5** En outre, aux termes de l'article L.232-17 du Code du Sport, « Le refus de se soumettre aux contrôles prévus aux articles L. 232-12 à L. 232-14, ou de se conformer à leurs modalités, est passible de sanctions administratives prévues par les articles L. 232-21 à L. 232-23 ».

#### **13.2 Obligations du sportif**

**13.2.1** Le sportif doit toujours s'assurer, avant de quitter une compétition, qu'il n'est pas désigné pour le contrôle anti dopage.

**13.2.2** Le refus de signer la notification ou de se présenter à un contrôle fera l'objet d'un constat de carence et le sportif sera sanctionné conformément à la législation et la réglementation en vigueur.

**13.2.3** Si le sportif contrôlé est un mineur ou un majeur protégé, tout prélèvement nécessitant une technique invasive, notamment un prélèvement de sang, ne peut être effectué qu'au vu d'une autorisation écrite de la ou des personnes investies de l'autorité parentale ou du représentant légal de l'intéressé remise lors de la prise ou du renouvellement de la licence. L'absence d'autorisation est constitutive d'un refus de se soumettre aux mesures de contrôle.

### **13.3 Obligations de l'organisateur**

**13.3.1** L'organisateur doit mettre à la disposition du médecin agréé missionné pour le contrôle, des locaux, qui serviront de poste de contrôle anti dopage et qui doivent comprendre :

✓ Un espace qui servira de salle d'attente

✓ Des toilettes et un lavabo

✓ Un bureau ou local fermé avec table et chaises pour entretien médical, (qui doit pouvoir être confidentiel). Si le bureau ne ferme pas à clef, le médecin ou son délégué fédéral devront assurer en permanence la surveillance des flacons prélevés

**13.3.2.** L'accès au poste de contrôle doit être fléché

**13.3.3.** Des bouteilles d'eau cachetées doivent être mises à disposition des sportifs qui seront désignés pour le contrôle

**13.3.4.** La présence de savon, essuie mains, sacs à déchets est souhaitable.

Seuls auront accès au poste de contrôle :

✓ Le sportif ;

✓ Le médecin agréé et éventuellement un médecin stagiaire l'accompagnant ;

✓ Le délégué fédéral ;

✓ Le juge qui sera assigné à suivre le sportif dès sa notification de contrôle ou toute autre personne autorisée par le médecin agréé.

**13.3.5.** A l'exclusion de toute autre personne, seuls le sportif et le médecin agréé (et le cas échéant le médecin stagiaire) sont présents lors de l'entretien médical et du prélèvement

**13.3.6.** L'organisateur peut mettre à la disposition du médecin agréé un médecin fédéral pour l'assister dans sa mission

**13.3.7.** Avant chaque compétition, il est bon pour le comité d'organisation de rappeler aux sportifs leurs obligations en cas de contrôle

Les « minimas » et les « maximas » ainsi que les quotas de chaque épreuve sont fixés par catégorie de sexe en référence :

- ✓ Au niveau sportif international et français ;
- ✓ À la densité sportive au plan national.

### **Sélection au championnat de France Elite N1**

A l'issue de la dernière compétition sélective de la saison, une liste des sportifs ayant réalisé les performances minimales ou maximale par épreuve et par catégorie de sexe est établie au regard du classement numérique national de l'épreuve.

Les sportifs listés qui rentrent dans le quota de place d'une épreuve sont sélectionnés au championnat de France Elite. Les suivants sont placés en liste d'attente. En cas de désistement d'un sportif sélectionné, le 1<sup>er</sup> placé en liste d'attente prend sa place pour participer au championnat de France et ainsi de suite.

Dans une même épreuve, si un quota de place reste disponible à l'issue des sélections dans une catégorie de sexe ou d'âge, le reliquat est transféré au bénéfice de l'autre catégorie de sexe ou d'âge.

### **Participation au Championnat de France Elite**

*Performances minimales ou maximales à réaliser lors de la saison en cours :*

<b>ÉPREUVES</b>	<b>Statique</b>	<b>Dynamique monopalme</b>	<b>Dynamique bi-palmes</b>	<b>Dynamique sans palme</b>	<b>16x50m</b>	<b>Sprint 100 m</b>
Femmes	04 :45	120 m	105 m	95 m	16 :30	00 :55
Hommes	05 :45	160 m	125 m	105 m	14 :30	00 :45

*Quotas par épreuves :*

<b>ÉPREUVES</b>	<b>Statique</b>	<b>Dynamique monopalme</b>	<b>Dynamique bi-palmes</b>	<b>Dynamique sans palme</b>	<b>16x50m</b>	<b>Sprint 100 m</b>
Femmes	12	12	12	12	8	8
Hommes	16	16	16	20	8	8

## Participation à une Manche de Coupe de France

Performances minimales ou maximales à avoir réalisé lors de la saison en cours et/ou de la saison précédente. En cas de places restants disponibles, elles pourront être attribuées exceptionnellement sans les minimas.

ÉPREUVES	Statique	Dynamique monopalme	Dynamique bi-palmes	Dynamique sans palme	16x50m	Sprint 100 m
Femmes	04 :15	100 m	85 m	75 m	18 :00	01 :05
Hommes	05 :00	125 m	100 m	80 m	14 :30	01 :00

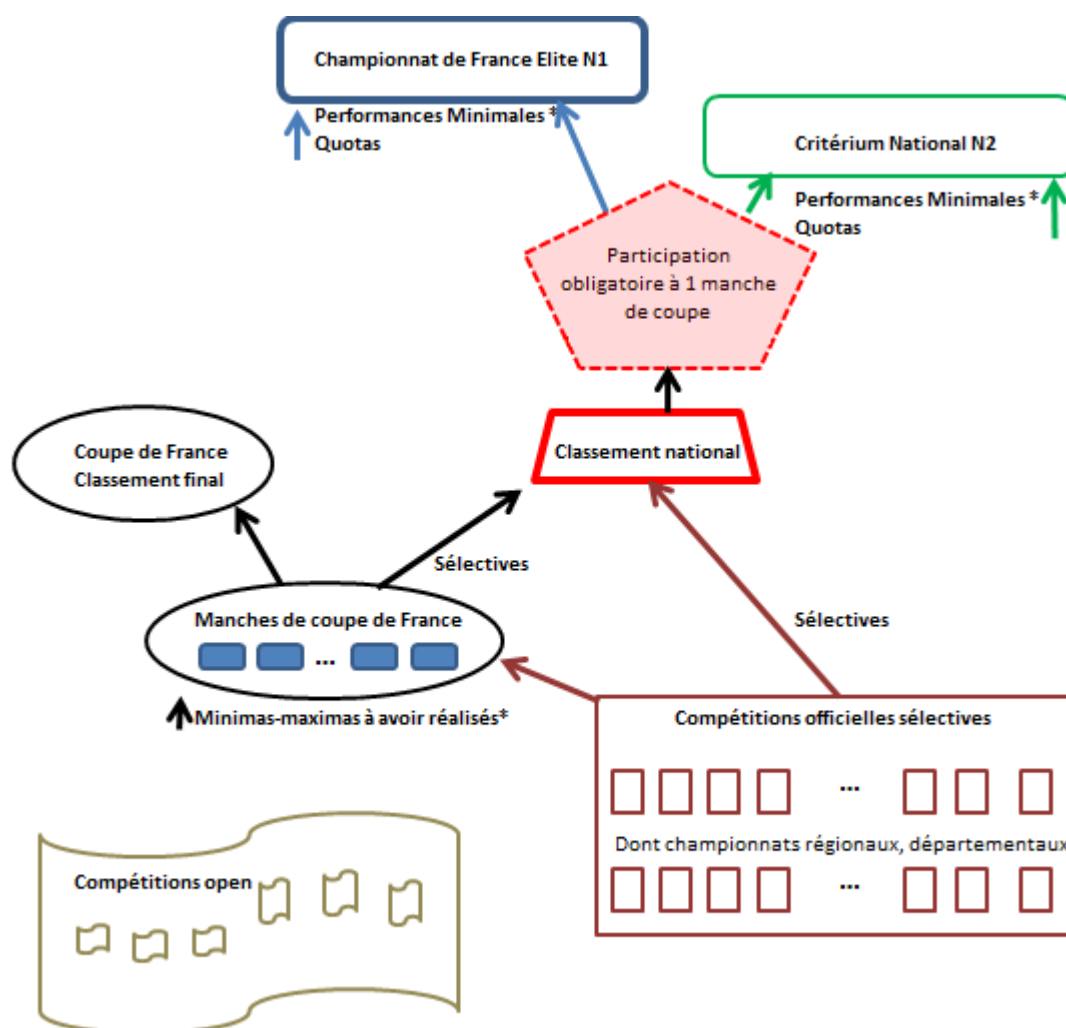
# DATE LIMITE D'ORGANISATION DES COMPETITIONS SELECTIVES POUR LA SAISON 2023 :

**09/04/2023**

VALIDEE LORS DU CDN de 2 juin 2019

Championnat de France Elite N1 :	30 € pour la compétition quelle que soit le nombre d'engagement
Critérium national N2	En cours d'instruction
Manches de Coupe de France	30 € pour la compétition quelle que soit le nombre d'engagement
Compétitions sélectives	Fixé par l'organisateur
Autres compétitions régionales ou départementales	Fixé par l'OD responsable
Compétitions « Open » ou au format « libre »	Fixé par l'organisateur

### SYNOPSIS DE L'ORGANISATION DES COMPÉTITIONS PISCINE



\* minimales pour les épreuves statiques et dynamiques, maximales pour les épreuves de 16 x 50 et 100 m

# REGLES D'HOMOLOGATION D'UN RECORD DE FRANCE D'APNEE EN PISCINE

## Epreuves concernées

Les RF concernent les seules épreuves précisées au 2.1.1 du règlement particulier apnée

## Catégories concernées

Les RF concernent les catégories Jeunes et Sénior, chez les féminines et les hommes

## Compétitions concernées

Ne sont pris en considération pour une homologation potentielle d'un RF que les performances réalisées à l'occasion d'une compétition officielle inscrite au calendrier fédéral national :

- Compétitions sélectives ;
- Championnats régionaux ;
- Manche de Coupe de France ;
- Championnat de France Elite N1.

## Conditions à satisfaire :

- Toutes épreuves : présence d'un JFA2 (garant du respect du règlement sportif fédéral d'apnée et du règlement de lutte contre le dopage) ;
- Epreuves d'endurance et de sprint :
  - Présence d'un 2ème juge titulaire JFA2 ;
  - Dispositif de prise d'image vidéo sur chaque côté du bassin.

## Décision d'homologation et Officialisation du record

A l'issue de la performance, si celle-ci est validée par les juges, le JFA2 homologue la performance et officialise le record. Dans le cas d'une épreuve d'endurance ou de sprint, le JFA2 pourra, en cas de doute, avoir recours au visionnage des images vidéo avant officialisation.

## Manches de Coupe de France et Championnats de France

Du fait de la présence automatique d'au moins 1 JFA2, Les records réalisés lors d'une Manche de Coupe de France ou Championnat de France sont automatiquement homologués et déclarés comme tels, sous réserve du respect des conditions ci-dessus.

## Demande de tentative de record à l'initiative d'un sportif sur une compétition officielle qui ne satisfait pas les conditions ci-dessus énoncées

Un sportif souhaitant faire une demande de tentative de record s'engage à effectuer les démarches suivantes à ses frais :

- Demande déclarée auprès de l'organisateur **60 jours avant** l'épreuve à l'aide du formulaire joint en annexe 1 du présent règlement.
- Engagement contractuel (cf. formulaire joint annexe 1) du sportif à prendre en charge totalité des frais générés au niveau de l'organisation pour satisfaire les exigences prévues au 2-1 du présent règlement et notamment les frais de déplacement, d'hébergement, de restauration du (ou des) juges JFA2 et ce, quel que soit le résultat de la tentative de record.
- Acceptation ou non de l'organisateur sous 45 jours avant l'épreuve sous réserve de sa capacité de satisfaire les exigences prévues au 2-1 du présent règlement.



Date de création : 21/11/2008  
Date de révision : 29/09/2022  
Indice de révision : 11.7

## Records de France réalisés hors territoire français

Tout sportif qui participe à une manifestation internationale inscrite au calendrier officiel de la CMAS et qui réalise un RF pourra voir celui-ci homologué.

## Communication

### - **Annonce d'une tentative de Record de France**

Le sportif qui fait la demande d'une tentative de RF ou l'organisateur qui annonce la tentative de RF a obligation d'apposer le logo de la FFESSM sur tous les supports de communication mis en œuvre dans le respect de charte fédérale et de communiquer celui-ci à tous les organes de presse qui ont vocation à organiser la promotion de cette tentative (presse écrite, télévisée ou web).

### - **Promotion d'un Record de France**

Devront apparaître sur tous les supports de promotion (vidéo officielle, affiche, autre...) du RF qui pourrait être réalisée par l'organisateur ou le sportif :

- Le logo fédéral en 1<sup>ère</sup> image
- Le nom, lieu et date de la compétition
- Le nom du sportif
- La performance (nouveau RF)

Les vidéos mises en ligne sur les réseaux sociaux devront l'être prioritairement en 1<sup>er</sup> sur les outils de communication fédéraux (site web et Facebook de la FFESSM et de la CN Apnée).

### - **Journaliste et représentant d'un organe de presse**

Tout journaliste ou représentant d'un organe de presse désirant filmer la performance à des fins de retransmission télévisée ou via internet devra solliciter l'autorisation de l'organisateur, demander une accréditation auprès de l'organisateur.

## ANNEXE 1

### Demande d'organisation d'une tentative de Record de France d'apnée

Epreuve : Temps/distance : Catégorie :
--

Nom et prénom du sportif : .....

Date de naissance : ..... Sexe : .....

N° de licence : .....

Adresse : .....

.....

N° club : ..... Dénomination Club : .....

Lieu et niveau de la compétition : .....

Organisateur .....

Date : .....

Longueur du bassin : .....

Atteste accepter de prendre en charge la totalité des frais générés au niveau de l'organisation pour satisfaire les exigences prévues au 2 – 1 du présent règlement et notamment les frais de déplacement, d'hébergement, de restauration.

Fait à :

Date :

Signature :



Date de création : 21/11/2008  
Date de révision : 29/09/2022  
Indice de révision : 11.7



## ANNEXE 2

### Feuille d'homologation de Record de France d'apnée ou de Meilleure Performance Nationale

Epreuve :
Temps/distance :
Catégorie :

Nom et prénom du sportif : .....

Date de naissance : ..... Sexe : .....

N° de licence : .....

Adresse : .....

.....

N° club : .....

Dénomination Club : .....

Contrôle anti-dopage effectué : Oui Non

Lieu et niveau de la compétition : .....

Organisateur .....


Date : .....

Longueur du bassin : .....

Le 1<sup>er</sup> JFA2 : ..... Date et Signature :

Le 2<sup>ème</sup> JFA2 : ..... Date et Signature :

Autres juges présents :

	Date de création : 21/11/2008 Date de révision : 29/09/2022 Indice de révision : 11.7	41
---	---	----

**ANNEXES IV – recommandations aux médecins et aux secouristes fédéraux de surveillance de compétitions**

**Annexe IV-1 : Compétitions d'apnée et prise de risque : conduite à tenir en cas d'accident**

En compétition, les protocoles de sécurité et la présence d'apnéistes de sécurité limitent fortement la gravité de ces accidents.

Une perte de connaissance survenant chez un apnéiste non surveillé peut avoir des conséquences dramatiques, en entraînant une noyade.

En cas d'accident, même si les premiers gestes sont assurés dans l'eau par l'apnéiste de sécurité, il appartient au médecin fédéral (si présent) ou personnes formées, de prendre en charge la victime au décours de l'accident et d'adapter le traitement selon la nature de l'accident et l'état de la victime.

**1- En cas de Perte de Contrôle moteur (« Samba »)**

Le masque est retiré et la victime sera éloignée des bords du bassin pour éviter un traumatisme surajouté.

La conscience a été altérée, mais il n'y a le plus souvent pas d'inhalation : les secouristes ou le médecin présent devront s'assurer que la victime a totalement récupéré, qu'elle ne présente pas de signes d'inhalation et s'est réhydratée... Conformément au règlement de la discipline, il est disqualifié pour le reste de la compétition.

**2- En cas de syncope**

La situation est plus extrême et nécessite dans un 1er temps l'intervention rapide des équipes de sécurité pour éviter à la victime inconsciente de couler et d'inonder ses voies aériennes :

- Le masque est retiré ;
- Plusieurs insufflations bouche à nez (un trismus est souvent observé) sont délivrés alors que la victime est encore dans l'eau ;
- Puis elle est évacuée du bassin ;
- Le plus souvent après ces 1ers gestes, l'apnéiste totalement amnésique a repris connaissance et n'a pas inhalé : son bilan clinique est strictement normal et une mise sous O<sub>2</sub> au masque est préconisée (15 l/min) pendant 10 min.

En l'absence de médecin de surveillance : les secouristes suivent le protocole de prise en charge établi par la commission concernée et suivent le plan d'organisation des secours.

Si un médecin est présent sur site, en charge de la surveillance médicale de la compétition, il adaptera son traitement à l'état du syncopé :

- Si le délai d'intervention en surface est plus long, l'apnéiste qui recoule inconscient a pu inhaler et présente une toux persistante et/ou de tachypnée, éventuellement accompagnées de signes généraux (asthénie, pâleur, tachycardie, vomissements). Le risque d'atteinte pulmonaire retardée (SDRA, pneumopathie) est alors élevé et justifie une hospitalisation pour surveillance et contrôle radiologique et gazométrique.

- 

Enfin dans les cas les plus extrêmes qui ne devraient pas survenir en compétition, la victime, échappant à toute surveillance, coule et après avoir fortement inhalé est récupérée en état de mort apparente (stade 4 de grand anoxique de la classification de Bordeaux). La réanimation cardiorespiratoire s'impose dès que la victime est extraite de l'eau dans l'attente de l'intervention d'une équipe de réanimation (SAMU / pompiers). On ne cherche pas nécessairement à réchauffer la victime, une légère hypothermie étant à l'heure actuelle considérée comme améliorant le pronostic après réussite de la RCP.