

SOMMAIRE

1. Présentation de la manifestation
2. Règlement et modalité d'inscription à la compétition
3. Programme
4. Les lieux de compétition
5. Comment venir !
6. Moyens de sécurité et organisation
7. Comment s'inscrire !
8. Information contrôle anti-dopage

1. Présentation de la compétition

L'Apnée Statique

L'épreuve statique consiste à réaliser le temps d'apnée le plus long possible.

Les meilleures performances 2010 sont :

Chez les hommes : PRADON Jean Michel (PACA) avec 06'54''

Chez les dames : HOFFMANN JOELLE (EST) avec 5'21 ''

L'Apnée Dynamique



L'épreuve Dynamique consiste à parcourir avec des palmes la plus grande distance.

Les meilleures performances 2010 sont :

Chez les hommes : MALDAME Christian (Suisse) 200m

BRUEL Christophe (PACA) 187.5m

Chez les dames : MODOLO Alice (RABA) 160.5m



L'Apnée Dynamique sans Palme

L'épreuve Dynamique sans palme consiste à parcourir en nage subaquatique sans palmes la plus grande distance.

Les meilleures performances 2010 sont :

Chez les hommes : BOURC HIS Morgan (PACA) 151m

Chez les dames : RAYMOND Georgette (EST) : 108.8m



16x50m Individuel

L'épreuve de 16x50m se déroulera sur une seule série de 6 athlètes. Les sélections du 16x50m se feront sur les résultats du dynamique palme.

L'épreuve consiste à nager en apnée le plus vite possible 16 longueurs de 50m, les temps de nage et de récupération sont libres. Le premier arrivé a gagné.

Meilleures performances 2010 :

Chez les Hommes : BRICE LEQUETTE (IDFP) 11'24''

2- Règlement : conforme au texte FFESSM en vigueur

Le règlement est disponible sur simple demande ou sur le site Internet de la Fédération française d'études et de sports sous marins retrouvez le règlement sur le Lien Internet : <http://apnee.ffessm.fr> rubrique : textes officiels : Règlement championnat de FRANCE

Veillez trouver en extrait les Modalités d'inscription :

Le championnat de France n'est accessible qu'aux 60 meilleurs athlètes sélectionnés La sélection est réalisée à l'occasion des performances, soit des sélections régionales, soit des manches de coupe de France précédant le championnat de France.

La liste des sélectionné(e)s est disponible sur le site Internet www.ffessm.fr

Commission apnée, compétitions

Conditions complémentaires

Nationalité Française

L'athlète doit satisfaire aux conditions suivantes :

- être âgé(e) de 16 ans révolus à la date de la compétition
- Autorisation parentale signée par un parent au minimum attestant l'autorisation de participation à la compétition pour les candidats mineurs (moins de 18ans)
- être en possession d'une pièce d'identité
- être en possession d'une licence FFESSM de l'année sportive en cours (licence valable du 15-Sept de l'année en cours au 14 Sept de l'année suivante), ou licence CMAS en cours de validité avec assurance Responsabilité Civile
- Justifier d'une assurance individuelle "accidents". (*La licence FFESSM à minima avec catégorie assurance Loisirs 1 admis en équivalence des points RC et assurance individuelle « accident »*)
- être en possession d'un certificat médical de non contre indication à la pratique de l'apnée en compétition établi depuis moins de 1 an et délivré par un médecin fédéral ou titulaire du C.E.S de médecine du sport (capacité ou DU), médecin hyperbare ou médecin de la plongée.



Attention examens médicaux spécifiques pour les compétiteurs âgés mineurs (16à18ans)

Voir annexe certificat médical.

- Faire parvenir au moins 15 (quinze) jours avant la manifestation la feuille des performances annoncées-

Nationalité étrangère : les conditions d'inscriptions en catégorie « étrangères »

- être âgé(e) de 18 ans révolus à la date de la compétition
- être en possession d'une pièce d'identité ou d'un passeport en cour de validité.
- être en possession d'une licence sportive CMAS pour l'année en cours
- être en possession d'un certificat médical de non contre indication à la pratique de l'apnée en compétition établi depuis moins de 1 an et délivré par un médecin fédéral ou titulaire du C.E.S de médecine du sport (capacité ou DU), médecin hyperbare ou médecin de la plongée.
- Justifier d'une assurance responsabilité Civile garantissant les conséquences pécuniaires des dommages corporels, matériels et immatériels causés aux tiers.
- Justifier d'une assurance individuelle accidents

Rappel des textes concernant les titres et classement

Titres et Classements en Championnat de France

Seuls les athlètes de nationalité française peuvent figurer au classement des épreuves du Championnat de France et obtenir le titre de champion de France.

De la même manière, seuls les athlètes de nationalité française peuvent être sélectionnés en équipe de France et être détenteur d'un record de France.

Seront récompensés dans chaque catégorie, les meilleurs résultats des épreuves d'apnée statique, apnée dynamique palmés, apnée dynamique sans palme par une :

- Médaille d'Or (1^{er} et 1^{ère}),
- Médaille d'argent (2^{ème} et 2^{ème}),
- Médaille de bronze (3^{ème} et 3^{ème})

3. PROGRAMME DU CHAMPIONNAT DE FRANCE D'APNEE 2010

(Susceptible d'être modifié au dernier moment pour des raisons d'organisation)

DIMANCHE 23 MAI 2010

PISCINE LES MIGNEAUX 2 rue Ile de MIGNEAUX 78300 POISSY

- **8h00** Vérification et validation des pré- inscriptions aux différentes disciplines.
 - Contrôle des licences de compétition et des certificats médicaux (venir avec les originaux).
- **9h00** Début d'échauffement de la première série pour l'épreuve du statique.
- **9h30** Début d'EPREUVE « STATIQUE »
- **12h00** fin d'EPREUVE « STATIQUE »
- **12h00 Pause déjeuner**
- **12h30** Début d'échauffement pour l'épreuve « DYNAMIQUE PALMES »
- **13h00** Début d'EPREUVE « DYNAMIQUE PALMES. »
- **15h00** Fin d'épreuve « DYNAMIQUE PALMES »
- **15h15** Début d'échauffement pour l'épreuve « Dynamique sans Palme »
- **15h45** Début d'EPREUVE « DYNAMIQUE sans Palme »
- **17h45** Fin d'épreuve « DYNAMIQUE sans palme»
- **18h00** Début d'épreuve « 16x50m »
- **18h30** Fin d'épreuve « 16x50m »
- **18h45** Annonce des résultats
- **Dès 20h00** Remise des médailles podiums et cérémonie de fermeture
à la base de Cergy Pontoise

4. LA PISCINE

La compétition aura lieu au **PISCINE ILE DES MIGNEAUX (Piscine Extérieure)**

Piscine des MIGNEAUX 2 rue Ile des Migneaux 78300 Poissy

L'épreuve du Statique aura lieu dans la piscine 25m couverte

Dimension : 25mx8m - 4 couloirs

Prof : de 0.8 à 2m - fond progressif.

Point d'appui : rigole à fleur d'eau

Température : 28°C



Coupé en trois zones

- Zone de performance
- Zone de transition
- Zone d'échauffement

Les épreuves Dynamiques et 16x50m auront lieu dans le bassin de 50m extérieur.

Dimension : 50mx15m - 6 couloirs

Prof : de 1.2m - 3.8m fond progressif.

Température : 28°C



Celui-ci sera découpé de la façon suivante :

- 4 couloirs de passages matérialisés par des lignes d'eaux
- 2 couloirs centraux pour l'échauffement et les prises de vue sous-marine

5. COMMENT VENIR

SITUATION



La commune de Poissy se trouve à trente kilomètres environ à l'ouest de Paris, dans le nord-est des Yvelines, à huit kilomètres à l'ouest de Saint-Germain-en-Laye, chef-lieu d'arrondissement, et à 23 kilomètres au nord-ouest de Versailles, préfecture du département. La ville est implantée sur la rive gauche de la Seine, dans la concavité d'un méandre du fleuve, limitée à l'est par la forêt de Saint-Germain-en-Laye et à l'ouest par la Seine.



Liste de quelques hôtels
[Appart'city Poissy](#)

[Kyriad Poissy Technoparc](#)

[Citéa Carrières Sous Poissy](#)

[Auberge des Écluses](#)

[Fasthotel](#)

[Campanile Saint-Germain-En-Laye](#)

[Novotel Poissy Orgeval](#)

6. Le Jury et équipe de sécurité

6.1 Les officiels

Le jury sera composé de :

- ☞ Président de jury :
- ☞ Directeur d'épreuve :
- ☞ Juge de jury :
- ☞ Juge de jury :
- ☞ Médecin : Daniel DURERO

En cours d'organisation

Les Juges :

- Juges : 34 postes à pourvoir

Les Apneistes de sécurité :

- 24 apneistes de sécurité

En cours d'organisation

6.2 La sécurité

- Médecins fédéral en charge du poste sécurité est : Daniel DURERO
- Matériel d'Oxygénothérapie
- Equipe de secouristes AFPSAM en renfort des médecins
- Equipe de suiveurs en surface dont le nombre variera en fonction des épreuves.

En cas d'accident, l'évacuation éventuelle se fera sur l'hôpital de Poissy,

6.3 Sécurité Organisation générale

Statique : Annexe 1 : Organisation et Sécurité épreuve Statique

Les postes de performance sont placés sur la longueur cote petit bain sur 6 postes de passage. Chaque poste compte 4 juges apnées qui se relayent pour assurer l'arbitrage et la sécurité des apnéistes.

Une zone transitoire permet de préparer la série suivante et gagner ainsi en efficacité.

Une zone d'échauffement balisée est surveillée par quatre juges ou apnéistes confirmés.

Les séries s'enchaînent à raison de 10 minutes entre série soit pour 10 séries soit un temps de 2 heures 30 minutes avec la demi-heure d'échauffement.

Départ impératif à 9h00 pour fin à 12h00.

Dynamique: Annexe 2 : Organisation et Sécurité épreuve Dynamique

Le bassin sera découpé en 4 couloirs de passage matérialisés par des lignes d'eau celles ci doivent être tendu et suffisamment rigide pour fournir un point d'appui.

La zone d'échauffement sera constituée des 2 couloirs centraux (non séparé de lignes d'eau)

La zone d'échauffement servira pour les plongeurs photographes officiels de la manifestation dans la mesure où ils ne gênent pas l'échauffement

Chaque poste compte 4 juges apnées qui se relayent pour assurer l'arbitrage et la sécurité des apnéistes.

Les séries s'enchaînent toutes les 8 minutes environ pour faire passer 15 séries Max soit un temps d'épreuve de 2heure 30 minutes avec la demi-heure d'échauffement.

Départ impératif à 12h30 pour fin à 15h00.

Les meilleurs résultats sélectionneront la série du 16x50m

Dynamique sans palme: Annexe 3 : Organisation et Sécurité épreuve Dynamique sans palme

Le bassin sera découpé en 4 couloirs de passage matérialisés par des lignes d'eau celles ci doivent être tendu et suffisamment rigide pour fournir un point d'appui.

La zone d'échauffement sera constituée des 2 couloirs centraux (non séparé de lignes d'eau)

La zone d'échauffement servira pour les plongeurs photographes officiels de la manifestation.

Chaque poste compte 4 juges apnées qui se relayent pour assurer l'arbitrage et la sécurité des apnéistes.

Les séries s'enchaînent toutes les 8 minutes environ pour faire passer 15 séries Max soit un temps d'épreuve de 2heure 30 minutes avec la demi-heure d'échauffement.

Départ impératif à 15h15 pour fin à 17h45

16x50m: Annexe 4 : Organisation et Sécurité épreuve 16x50m

Le bassin sera découpé en 4 couloirs de passage matérialisés par des lignes d'eau celles ci doivent être tendu et suffisamment rigide pour fournir un point d'appui.

La zone d'échauffement sera constituée des 2 couloirs centraux (non séparé de lignes d'eau)

La zone d'échauffement servira pour les plongeurs photographes officiels de la manifestation.

Chaque poste compte 4 juges apnées qui se relayent pour assurer l'arbitrage et la sécurité des apnéistes.

7. FICHE D'INSCRIPTION :

Après avoir consulté la liste des sélectionnables
Merci de vous inscrire sur le blog :

<http://cdfapnee2010.canalblog.com/>

En cas de difficultés, envoyez un email à :
inscriptioncdf2010@hotmail.fr

9. Information Contrôle Anti-DOPAGE

Tout sportif (qu'il soit licencié ou non) participant à une compétition agréée par une fédération ou à un entraînement peut être contrôlé. Le but de ces contrôles, demandés par le Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie associative les fédérations agréées ou le Conseil de Prévention et de Lutte contre le Dopage, et diligentés par le Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie associative est de rechercher les produits figurant sur la liste des substances interdites par la loi et le règlement sportif. Ce sont des médecins spécialement formés et officiellement agréés qui procèdent aux prélèvements. Le médecin responsable du contrôle est muni d'un ordre de mission émanant du Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie associative. Il s'assure la collaboration d'un délégué fédéral.

Le contrôle s'effectue toujours dans un endroit spécialement aménagé à cet effet. Les organisateurs doivent prévoir des boissons individuelles scellées pour favoriser la rapidité des prélèvements. Le matériel de prélèvement est fourni scellé au médecin préleveur.

En fonction des règlements des fédérations ou selon l'ordre de mission, le sportif contrôlé est choisi par tirage au sort, en fonction des résultats d'une compétition ou sur libre choix du médecin préleveur. Il reçoit personnellement une notification individuelle à contresigner. A partir de ce moment, il dispose d'une heure pour se présenter à la salle de contrôle (muni d'une pièce d'identité ; seul ou accompagné d'un membre de son entourage). En cas de refus ou d'abstention, le sportif sera sanctionné de la même façon que s'il était convaincu de dopage.

Afin de prévenir toute tentative de tricherie, la procédure de recueil d'urine se déroule toujours sous l'œil du médecin. C'est cependant le sportif lui-même qui se charge de fermer le gobelet de recueil. Il doit le garder sous sa garde jusqu'à son retour dans le bureau de travail ; là, il répartira les 75 ml (minimum) d'urine dans deux flacons fermés, codé et scellés (45 ml dans le flacon A et 30 dans le flacon B).

Un contrôle antidopage peut être accompagné d'un entretien avec le médecin préleveur. Le sportif doit lui indiquer tous les renseignements concernant des prises récentes de médicament ou de traitements. En cas de suspicion de dopage, ces indications seront importantes pour l'instruction de son dossier, notamment pour faire valoir une éventuelle justification thérapeutique pour des substances soumises à restriction. Ces faits doivent être mentionnés dans le procès-verbal du contrôle.

Un procès-verbal récapitulatif est en effet rédigé par le médecin en plusieurs exemplaires à la fin de la procédure. Il comprend les numéros de code des deux flacons d'urine ainsi que tous les renseignements fournis par le sportif. Celui-ci doit relire le procès-verbal avant de le signer (ce que font également le médecin et le délégué fédéral). A ce stade, le sportif repart avec un exemplaire du procès-verbal : pour lui, la procédure est terminée.

Les échantillons d'urine sont transmis au laboratoire national de dépistage du dopage. La recherche des substances interdites se fait sur le flacon A, le flacon B étant stocké en vue d'une éventuelle contre-expertise. Les résultats sont envoyés confidentiellement au président de la fédération concernée, qui doit en informer le sportif licencié, et au Conseil de Prévention et de Lutte contre le Dopage, qui en informe le sportif non licencié.

Lorsque le recours à des substances ou des procédés prohibés est révélé par l'analyse, le sportif peut demander une contre-expertise dans un délai de 5 jours à compter de la réception de la lettre, lui énonçant les griefs retenus contre lui (ou 10 jours en cas de domiciliation hors de la métropole). Il doit fournir son éventuelle justification à l'organe disciplinaire de première instance de la fédération.

Une instruction est ouverte par l'instance fédérale concernée qui procède à l'audition du sportif.

L'organe disciplinaire fédéral prononce les sanctions sportives et disciplinaires prévues en cas de dopage, dans un délai de 10 semaines en première instance, dans un délai de 4 mois en appel, à compter du jour où le procès-verbal de constat d'infraction établi est transmis à la fédération.

Le CPLD peut réviser les sanctions décidées par les fédérations dans les 3 mois et sanctionner les sportifs non licenciés.

Les décisions du CPLD peuvent faire l'objet d'un recours non suspensif en conseil d'Etat.

Les trafiquants, prescripteurs, pourvoyeurs et incitateurs, relèvent eux, de procédures pénales.