

**48<sup>ème</sup> CHAMPIONNATS DE FRANCE de Nage Avec Palmes  
et 32<sup>ème</sup> CHAMPIONNATS DE FRANCE de Longue Distance  
Antibes, les 8, 9, 10, 11 mai 2008**

**Règlement spécifique :**

**1/ Préambule**

Le règlement sportif national rédigé par la CNNP et approuvé par le CD de la FFESSM s'applique à cette compétition.

**2 / Engagements**

Les engagements seront enregistrés sur [www.e-nap.fr](http://www.e-nap.fr) . Vous y accéderez avec votre identifiant et votre mot de passe habituels.  
Si vous avez des questions ou si vous rencontrez des problèmes, n'hésitez pas à contacter le concepteur du programme à cette  
Adresse : [arnaud@e-nap.fr](mailto:arnaud@e-nap.fr)

***Date limite des engagements sur le site : Samedi 3 mai 2008 à 22 heures***

**Attention:** tous les nageurs, y compris ceux qui ne participent pas aux épreuves individuelles mais uniquement aux relais, doivent être engagés.

A la clôture des engagements, un mail automatique vous sera adressé automatiquement pour la vérification de vos différents engagements.

En cas de corrections, vous les communiquerez par mail à Malou ZIMMER [secrtaire\\_technique@nageavecpalmes-ffessm.com](mailto:secrtaire_technique@nageavecpalmes-ffessm.com) qui fera apporter les modifications et ce, **avant le 5 mai 2008**.

**3 /Spécificités des engagements en Longue Distance**

Les engagements doivent respecter les règles suivantes :

- Avoir nagé et été classé sur une course de 1500 SF dans une compétition régionale depuis le début de la saison sportive et avant la date limite des engagements ;
- Quotas fixés pour chaque Commission Régionale. Ces quotas sont ceux définis par l'article 3.1.13 du règlement national de nage avec palmes de longue distance augmentés, le cas échéant du bonus attribué à chaque région ou inter région selon le tableau ci-dessous.

Bonus pour cette année :

COMITE	INDIVIDUELS		EQUIPES	
	HOMMES	FEMMES	HOMMES	FEMMES
ATLANTIQUE SUD				
BRETAGNE PAYS DE LOIRE	3	4	1	1
CENTRE			1	
COTE D'AZUR	3		1	
EST	3	1	1	
GUADELOUPE				
ILE DE France PICARDIE	3	6	2	2
MARTINIQUE				
NORD PAS DE CALAIS	1			
NORMANDIE	1			
PROVENCE ALPES	3	2	1	
PYRENNES MEDITERRANEE		3	1	1
RHONE ALPES BOURGOGNE AUVERGNE	3	4	1	1
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>9</b>	<b>5</b>

Pour la course des 20 km, il est rappelé qu'il n'y a pas de Bonus. Les inscriptions pour chaque CRNP ne sont pas limitées en nombre.

Les CRNP doivent communiquer (au secrétariat technique [secretaire\\_technique@nageavecpalmes-ffessm.com](mailto:secretaire_technique@nageavecpalmes-ffessm.com) et avant la date limite) les noms des nageurs et des équipes qualifiés au niveau régional pour le 6 et 20 Km. **Tout engagement non confirmé par la CRNP sera rejeté même si il a été saisi sur e-nap.**

#### 4 / Introduction des Bi palmes en piscine

Introduction du programme CMAS en Bi palmes 50m SF, 100m SF, 200m SF. Respect du règlement CMAS. Donc séries spécifiques avec matériels homologués (voir ci-après)

#### 5 / Droits d'engagements

Courses individuelles (piscine et LD) : 5 euros

Relais (Piscine) et Equipes (LD) : 10 euros

## 6/ Sur classements

Le sur classement en catégorie "senior" est libre pour toutes les courses sous réserve de remplir les conditions de sélection à l'exception du 20 km. Seuls des cadets, des espoirs ou des vétérans peuvent être surclassés  
Il n'y a pas de classement par équipes sur la course de 20 km.

## 7/ programme :

- Installation du bassin le mercredi après midi à partir de 12h00.
- Echauffement pour les clubs le mercredi à partir de 16h00
- Réunion des Chefs d'équipes à 19h00 ;
- Pour la piscine : mercredi de 16h00 à 19h00 : vérification des documents administratifs (licence, certificat médical, carte d'identité fédérale) et du matériel (monopalmes, tubas, bouteilles).
- Championnats sur 6 sessions
- Horaires PISCINE :
  - La cérémonie d'ouverture est prévue jeudi de 16h00 à 18h00 et la cérémonie de clôture le dimanche à partir de 14h00.

8h00 échauffement	18h45 échauffement
9h30 fin échauffement	19h45 fin échauffement
9h45 1 <sup>er</sup> départ	20h00 1 <sup>er</sup> départ

- Lors des échauffements, les lignes 1, 2, 7, 8 sont réservées aux départs plongés et au travail de sprint.
- Chronologie des courses PISCINE
  - Séries Bi CMAS en premier
  - Séries Dames, puis Messieurs
  - Bi, classement au temps et pas de finale
  - Séries et finales pour les 50 AP, 50 SF et 100 SF, 200 SF, 100 IS
  - Pour les autres courses, meilleure série le soir

Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Matin			
1500 SF 50 AP 200 SF bi 200 SF	800 SF 100 bi SF 100 SF 400 IS 4x200 SF	100 IS 400 SF 50 bi SF 50 SF 800 IS 4x100 SF	6Km D 6Km H
		20Kms H & D	
Soir			
Finale 50 AP 1500 SF (*) Finale 200 SF	800 SF (*) Finale 100 SF 400 IS (*) 4x200 SF (*)	Finale 50 SF 400 SF (*) Finale 100 IS 800 IS (*) 4x100 SF	

(\*) *Série la plus rapide*

○ Horaires longue distance :

- Réunion des Chefs d'équipes le vendredi à 18h00 à la piscine.
- samedi matin à partir de 8h30 à la piscine : vérification des documents administratifs (certificat médical, carte d'identité fédérale et du matériel (monopalmes, tubas) ; remise des dossards
- Horaire des courses

Samedi		Dimanche	
A partir de 13h30 14h00	Appel 20 kms Départ Hommes et Dames	à partir de 8h45 9h45 10h00 10h30 12h00	Appel 6 kms Départ Dames Appel Départ Hommes fin des compétitions

## **Circulaire Technique 07/08-03**

### **TEMPS DE QUALIFICATIONS CHAMPIONNATS DE FRANCE 2008**

#### CHAMPIONNATS DE FRANCE PISCINE

	50 SF	50 Bi	100 SF	100 Bi	200 SF	200 Bi	400 SF	800 SF	1500 SF	50 AP	100 IS	400 IS	800 IS	4 x 100 SF	4 x 200 SF
DAMES	24.13	27.86	53.40	1.00.10	1.58.61	2.10.07	4.14.17	8.50.17	17.01.82	22.71	54.24	4.25.40	9.24.85	3.50.87	8.35.50
MESSIEURS	21.37	24.12	47.47	53.06	1.48.18	1.56.29	3.54.07	8.13.71	15.59.87	20.27	48.59	4.03.49	8.41.68	3.25.43	7.51.79

**Les palmes suivantes ont été homologuées pour les Records du Monde C.M.A.S.**



[Blades H](#)



[Caravelle](#)



[Caravelle ADJ](#)



Grand Prix BLU



[Marlin](#)



Micro fins



**technisub**

CMAS  
Recognised Sponsor