



2^{ème} ETAPE DU CHAMPIONNAT DE NORMANDIE

Le dimanche 22 octobre 2023



TOUS AVEC
**PARIS
2024**



COMMISSION
Nage avec Palmes



Sommaire

- Comité D'organisation
- Le lieu
- Les épreuves
- Les inscriptions
- Le règlement
- Les parcours
- Le programme
- Les commodités
- Les inscriptions
- Le plan de la zone
- Communications
- Restauration

Comité d'organisation

• Comité D'honneur

- Président de la Commission Nationale de Nage avec Palmes : Monsieur David CARTON
- Maire de Port-Jérôme-sur-Seine : Madame Virginie CAROLO-LUTROT
- Adjointe au Maire chargée de l'Education et des sports : Madame Fabienne BEAUDOIN-VAUCELLE

• Organisation

- Responsable organisation : Dorothee JOLY, Présidente du CSG NAP
- Responsable des juges : A identifier
- Responsable protocole : A identifier
- Responsable inscription : A identifier
- Responsable sécurité : Romain PETIT
- Responsable restauration : Danièle DACHICOURT

Le Lieu

➤ COORDONNÉES

- Base de loisirs de Jumièges – Le Mesnil
4 route du Manoir
76480 LE MESNIL SOUS JUMIEGES
- Point GPS : 49°24'41" Nord et 0°50'56" Est.



Les épreuves



- 3 KLM Bi :
 - Toutes Catégories
- 3 KLM Mono :
 - Master (35 ans et plus)
- 1KLM Bi :
 - Minimes (12 – 13 ans)
- 1KLM Mono :
 - Toutes Catégories

Les inscriptions

- Modalités d'inscription
 - Pour les licenciés FFESSM NAP,
 - Inscription via e-Nap
 - Pour les non licenciés
 - Par mail ou sur place
 - Frais d'inscription :
 - 10 Euros par Nageur (Master, Sénior, Junior, Promotionnel)
 - 5 Euros par Nageur (Minime, Poussin, Benjamin)

- Pour les licenciés FFESSM, et Fédérations partenaires (CNOSF)
 - **Être à jour de sa licence « Loisir 1 » pour la saison 2023/2024,**
 - Posséder une assurance individuelle accident
 - Posséder un certificat médical de moins d'un an autorisant la pratique de la NAP

- **Tous les autres,**
 - Être titulaire d'un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la nage avec palmes en compétition,

- **Pour tous**
 - Respect des règlements fédéraux de la discipline pratiquée et du règlement particulier de la compétition

- secretariat.csg.nap@gmail.com

- Dorothée JOLY :06.63.35.63.29 ou Thomas CHASTAGNER : 06 83 13 86 34

REGLEMENT

- L'épreuve est ouverte à tous les licenciés FFESSM, **ou aux nageurs d'autres fédérations.**
- C.S.G. Nage avec Palmes, club organisateur, n'est pas responsable des dommages causés à des tiers par les concurrents ou dont les concurrents peuvent être victimes du fait de leur participation à l'épreuve.
- Chaque club désignera un responsable d'équipe dont le nom devra figurer sur le bordereau d'engagement. Ce responsable devra se présenter entre 8h30 et 9h00 au secrétariat où lui sera remis le dossier correspondant à son club. Il devra émarger la feuille de présence.
- Le port de la tenue néoprène est strictement obligatoire au-dessous de 14°.
- Le numéro devra être bien lisible, sur le tuba ou côté droit et hors de l'eau.
- La durée maximale de l'épreuve est fixée à deux heures, au-delà de cette période, les arrivées ne seront plus enregistrées.
- Les équipements d'appui ne sont pas autorisés
- Les inscriptions doivent se faire **avant le mardi 17 octobre 2023 à 20h00.**
- Merci de faire savoir avant la compétition si vous ne souhaitez pas apparaître dans les différents outils de communication mis au service de la manifestation par le comité d'organisation.
- Le club C.S.G. Nage avec Palmes se réserve le droit d'apporter toute modification qu'il jugera nécessaire au présent règlement.

Les Parcours

- **Deux parcours triangulaires**

- **Pour le 5 KM**
 - **Deux tours de 2 KM et un tour de 1 KM**

- **Pour le 3 KM**
 - **Un tour de 2KM et un tour de 1 KM**

- **Pour le 1 KM**
 - **Un tour de 1 KM**

Programme

- **09h00 Accueil des clubs**
- **10h00 Départ de la première course**
- **12h00 Cérémonie Protocolaire**
- **13h00 Repas**

Les commodités

- Des vestiaires hommes et femmes
- Des douches chaudes
- Des sanitaires
- Un parking
- Zones de pique-nique et espaces verts
- Accessibilité PMR sur tout le site
- Et, tout cela sur place, à 20 m du départ
- Les épreuves sont visibles dans leurs globalités depuis le centre nautique
- Vous devrez vous garer sur le parking devant l'accueil de la base de loisirs et aller sur la zone à pied.



Le plan de la zone



Lieu de la compétition :

- Base Nautique de Jumièges 76480 LE MESNIL SOUS JUMIEGES

Communications

**Le Courrier
CAUCHOIS**

PARIS
NORMANDIE
QUOTIDIEN NORMAND
LE HAVRE
PRESSE
HAVRE
LIBRE



- 2 articles de presse écrite :
 - Avant l'évènement pour la promotion et l'annonce de l'évènement
 - Les résultats de la manifestation

- Réseaux sociaux :
- L'évènement est présenté sur plusieurs sites internet :
 - <https://www.facebook.com/CSGNageAvecPalmes/>

- L'évènement est présenté sur le site de la FFESSM de la nage avec palmes et sur le CODEP 76 :
 - <https://www.nageavecpalmes-ffessm.com>
 - <https://www.facebook.com/plongee76>

Restauration

Nous vous proposons sur réservation un repas au tarif de 15€ composé de :

- Jambon ou blanc de poulet
- Salades composées diverses
- 1 boisson non alcoolisée
- 1 part de fromage
- 1 dessert
- 1 pomme ou 1 banane

Réservation à confirmer lors des inscriptions



Réservation de paniers repas au tarif de 15 euros composé de :

Nom du Club :			
Nombre de panier repas =		X 15 Euros =	Euros
Viande	Jambon X 2	Quantité	
	Blanc de poulet X 2	Quantité	
Dessert (Un fruit et une part de gâteau)	Pomme	Quantité	
	Banane	Quantité	
	Gâteau	Quantité	
Les réservations doivent être transmises en même temps que les inscriptions par EMAIL à l'adresse secretariat.csg.nap@gmail.com			