

FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ÉTUDES ET DE SPORTS SOUS-MARINS



FFESSM

IMMERSION & EMOTION

**CHAMPIONNAT DE FRANCE
DE NAGE AVEC PALMES EN EAU LIBRE**

**LA GRAVIERE DU FORT
HOTZHEIM (67)**

19-20 JUILLET 2025

Dossier clubs

Plus de 250 athlètes palmeurs sur la ligne de départ !



C'est l'**Alsace**, le **Grand EST** donc, et tout particulièrement **la Gravière du Fort** qui accueilleront les 49^e Championnats de France de Nage avec Palmes en Eau Libre.

Cette **compétition nationale** se déroulera dans les eaux douces exceptionnelles et préservées de ce site emblématique, **au cœur de l'Europe**.



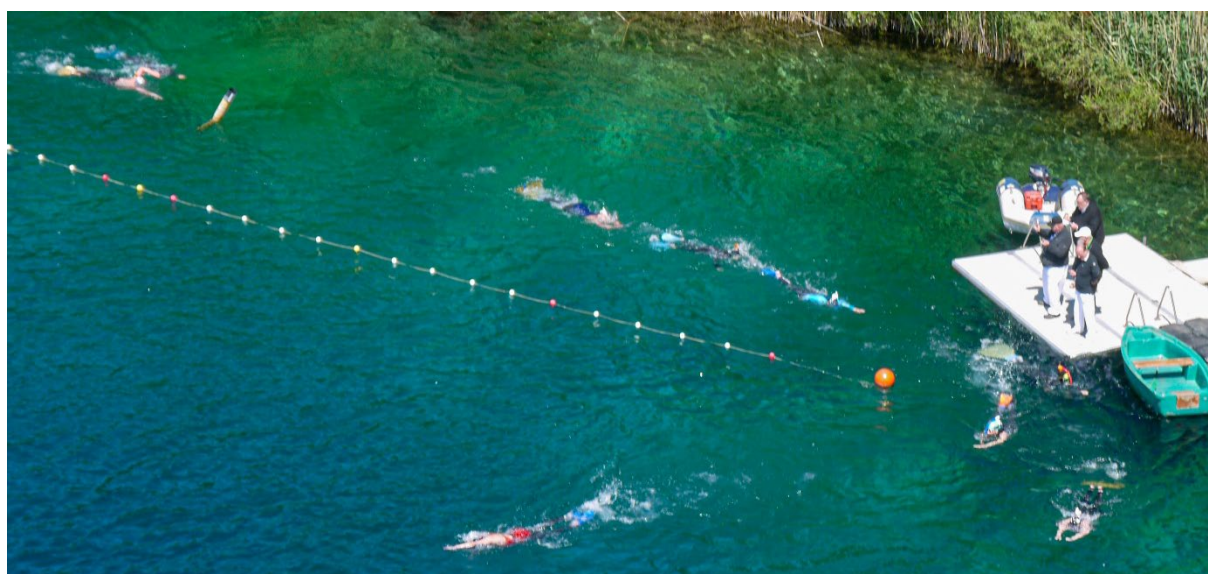
Plus de 250 palmeurs, venus de toute la France et sans doute de quelques pays voisins, sont attendus. Ils totaliseront plus de 750 engagements pour concourir dans les différentes épreuves proposées, réparties en trois catégories :

- Juniors - 16 à 18 ans
- Elite (seniors) - 18 à 34 ans,
- Masters, à partir de 35 ans,
- ainsi que des nageurs européens participant dans le cadre d'un OPEN international.

Tous auront à cœur de décrocher les titres tant convoités de Champions de France. Et c'est aussi une étape incontournable pour tous les nageurs et nageuses visant une sélection en équipe de France. Cette compétition nationale est obligatoire pour espérer porter les couleurs tricolores à l'international.

Autour de la Gravière, une dizaine de juges et chronométreurs assureront le bon déroulement des courses, accompagnés bien sûr des entraîneurs et coachs des athlètes et des équipes.

L'équipement et le suivi de la vie sur le site lors du championnat sera assuré par une cinquantaine de bénévoles de la Gravière du Fort, fidèles et rompus à sa promotion ou sa protection en toute situation.



Trois types d'épreuves pour couronner les rois et reines de l'eau libre

→ Les épreuves de fond

Courses individuelles en confrontation directe, avec un départ en ligne. Les nageurs et nageuses parcourent un circuit balisé d'un kilomètre, ponctué de bouées directionnelles. Hommes et femmes nagent sur le même parcours, à réaliser une ou plusieurs fois selon la distance : de 1 à 5 kilomètres.



→ Les épreuves en relais

Courses par équipes mixtes de 4 nageurs (2 femmes et 2 hommes). Deux d'entre eux évoluent en monopalmes, les deux autres en bi-palmes. Une épreuve stratégique et collective qui mêle performance et cohésion.



→ Les épreuves par élimination



Courses spectaculaires sur 150 mètres, avec départ en ligne. À chaque tour, les derniers nageurs sont éliminés jusqu'à la finale, où seuls les plus rapides restent en lice.



Le comité directeur de la Gravière du Fort, ainsi que son équipe de bénévoles sont heureux de vous accueillir pour ces championnats de France de nage en eaux libres. Michel notre directeur, Marc notre salarié, ainsi que les nombreux contributeurs volontaires ont œuvré sans relâche depuis plusieurs mois pour vous accueillir au mieux. Je les en remercie ici. Les aménagements ont été revus et optimisés pour que la compétition se passe de la meilleure façon possible.

Le cadre exceptionnel de la Gravière du Fort, la remarquable visibilité, la température clémente de l'eau au mois de juillet, vont contribuer à la réussite de cette superbe manifestation sportive. Je gage que les conditions météorologiques seront bien meilleures que lors du championnat du monde de Carry-le-Rouet, et je peux vous affirmer avec une absolue certitude qu'il n'y aura pas de mistral !

Maintenant que tout est organisé afin que tout se passe de la meilleure façon possible, il ne reste plus à vos athlètes, vos juges, vos arbitres, vos entraîneurs qu'à donner le meilleur d'eux même. L'esprit sportif, le fair-play, le respect du site, le savoir-vivre sont de mises. Au plaisir de vous rencontrer en juillet.

Bernard Schittly, président de la Gravière du Fort.



Chères nageuses, chères entraîneuses, chères nageuses, chères passionnées des sports subaquatiques,

Chers nageurs, chers entraîneurs, chers passionnés de sports subaquatiques,

Eau limpide, profondeur maîtrisée, logistique efficace : la Gravière du Fort est bien plus qu'un bassin, c'est un écrin naturel de biodiversité taillé pour la performance.

Cette compétition est un moment fort du calendrier national. Elle incarne la rigueur de l'entraînement, la passion du sport, et l'ambition partagée de faire rayonner la nage avec palmes. Des clubs venus de toute la France convergent ici pour une confrontation de haut niveau, mais aussi pour vivre des instants de fraternité, de dépassement de soi et de respect mutuel.

Nous remercions chaleureusement la commune de Holtzheim, la Région Grand Est, les bénévoles, les officiels, les partenaires et toutes les forces vives mobilisées pour rendre possible cet événement. Leur implication permet de faire vivre pleinement les valeurs du sport et du monde subaquatique.

À tous les compétiteurs, nous souhaitons des performances à la hauteur de votre engagement, dans un esprit d'équité, de respect et de passion. Que ce championnat vous laisse le souvenir d'un moment unique, dans un lieu d'exception.

Bonne chance à toutes et à tous,
et que les palmes tracent leur sillage vers la victoire !

Thomas Anth, président du Comité Régional Grand EST.

pour la compétition aussi !

À seulement **quelques kilomètres du centre historique de Strasbourg** et tout près de



l'aéroport d'Entzheim, au cœur de l'Eurométropole, la communauté urbaine de Strasbourg, la Gravière du Fort s'est imposée comme un site de référence pour les sports subaquatiques en France. Nichée dans un écrin de verdure, **solidement inscrite en Alsace**, cette ancienne gravière* aménagée avec soin depuis 2010 est devenue en moins de dix ans une base fédérale incontournable, portée par l'engagement et le dynamisme d'une équipe de bénévoles passionnés.

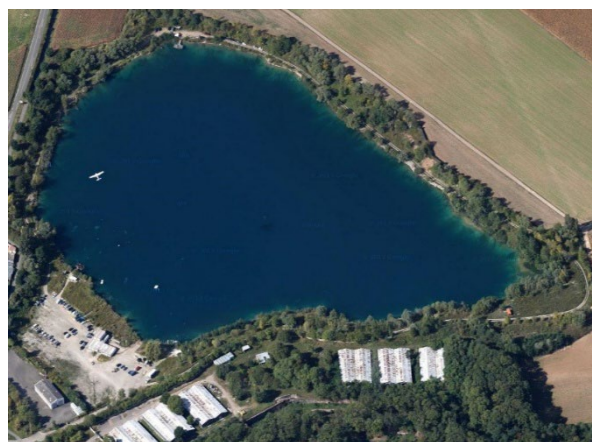
Elle est pleinement adaptée à l'accueil d'un tel événement d'envergure tout en respectant la préservation de ce milieu naturel vivant, aménagé soigneusement depuis sa création pour permettre par le partage

La Gravière du Fort accueille chaque année plus de 40 000 plongeurs. Sa notoriété dépasse aujourd'hui largement les frontières internationales pour séduire des plongeurs venus de toute la France, mais aussi d'Allemagne, de Suisse, de Belgique et du Luxembourg.

En 2025, la Gravière du Fort célèbre les 15 ans d'un projet associatif et bénévole ambitieux, reconnu et labellisé par de nombreuses structures. Elle est aujourd'hui le premier et unique site en France à bénéficier du label permanent pour les sports subaquatiques et la plongée du Comité National Olympique et Sportif Français, Agenda 21.

Haut lieu de la pratique de l'orientation, notamment de l'équipe de France, et une manche de Coupe d'EUope accueillie ce mois de juin ; ainsi que celle d'apnée à l'époque du Jump Blue

Lors du championnat de France Eau Libre 2025, les spectateurs auront libre accès aux abords du site pour suivre les épreuves et encourager les athlètes dans des conditions optimales.



à découvrir aux alentours

Strasbourg, l'Alsace en capitale !



Strasbourg, c'est un **cœur qui bat entre tradition et modernité**, entre colombages et institutions européennes. Située à quelques kilomètres seulement d'Holtzheim, la ville rayonne bien au-delà des frontières grâce à son statut de capitale européenne... et de la choucroute (titre non officiel, mais largement revendiqué !).

Cité chargée d'histoire, Strasbourg séduit par sa majestueuse **cathédrale** Notre-Dame, visible de partout. Du haut de sa plateforme, on pourra presque apercevoir la gravière du fort.

Autour, le centre historique classé à l'UNESCO — la fameuse **Petite France** — déroule ses ruelles pavées, ses canaux romantiques et ses maisons à colombages qui feraient pâlir d'envie une carte postale. un décor parfait.

Une **balade dans la Petite France** est un incontournable : c'est un quartier aussi charmant que photogénique, où l'on flâne entre les maisons traditionnelles et les bras de l'Ill. L'ambiance y est douce, presque suspendue. Les selfies y sont tous réussis.

Non loin de là, une **promenade sur le barrage Vauban** s'impose. Ce monument emblématique, érigé au XVII^e siècle, servait à défendre la ville en inondant les zones voisines pour ralentir les envahisseurs. Aujourd'hui, il offre surtout une vue imprenable sur Strasbourg et ses ponts couverts. C'est un petit morceau d'histoire qui se visite aussi bien avec des enfants curieux qu'avec des amateurs de patrimoine.



La Neustadt, la Ville nouvelle de 1870, développe un tout autre style, et contient les institutions Européennes.

Et l'Alsace autour... et à découvrir sans modération !

Au-delà de Strasbourg, l'Alsace déroule un véritable tapis de villages de carte postale, de châteaux perchés, de sentiers dans les vignes et de traditions bien vivantes. On peut partir à l'assaut du **mont Sainte-Odile**, flâner dans les ruelles fleuries d'**Eguisheim** ou de **Riquewihr**, se perdre dans les couloirs du **château du Haut-Koenigsbourg**, ou encore suivre la célèbre **Route des Vins** à la recherche du meilleur Pinot Gris (spoiler : ils sont tous très bons).

Et si la visite vous ouvre l'appétit, pas de panique : **l'Alsace sait recevoir**. À table, c'est la fête du terroir ! Choucroute, baeckeofe, tartes flambées, spätzle, munster (attention, il a du caractère !), sans oublier les douceurs comme le kougelhopf ou les bredeles.



Ici, on ne mange pas, on célèbre, et on partage.

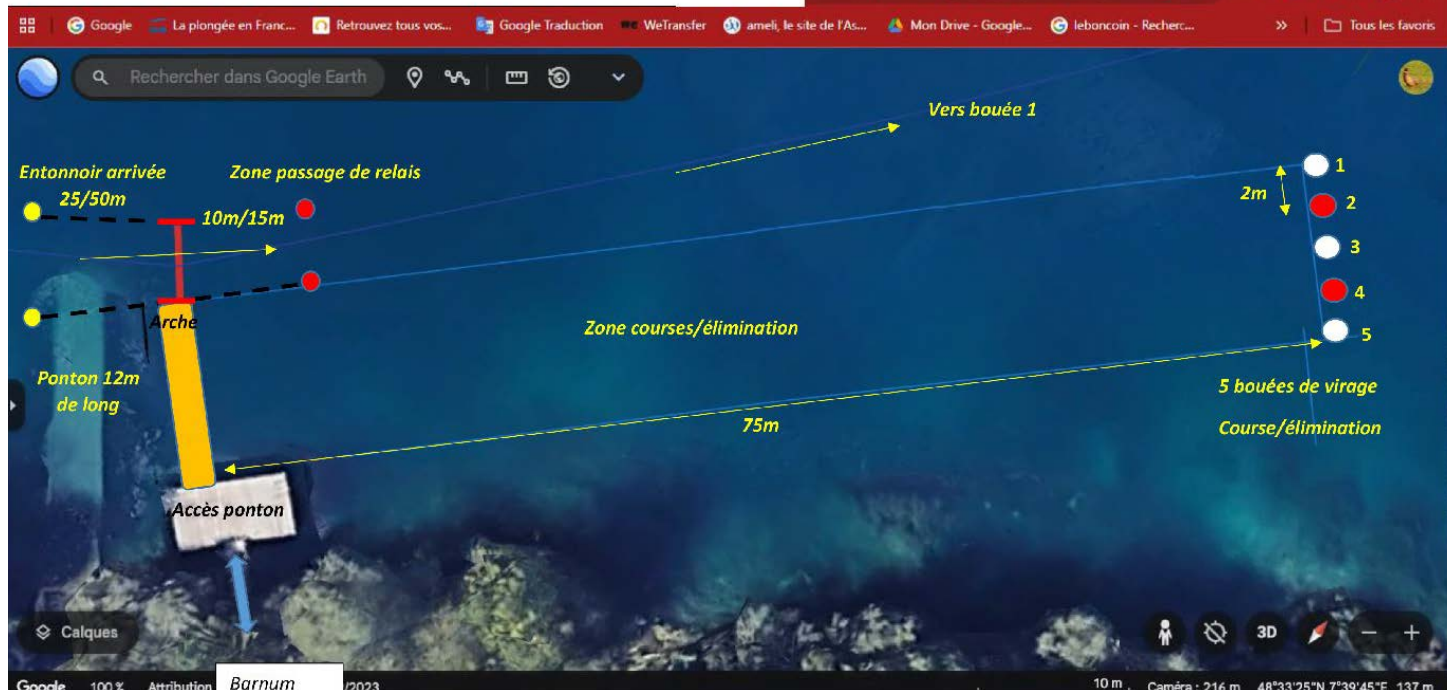
Entre traditions, paysages bucoliques, villages à colombages et **gastronomie généreuse**, l'Alsace promet un séjour aussi savoureux que dépaysant. Et on vous l'assure : même après une compétition sportive intense, il reste toujours une petite place pour une part de tarte aux myrtilles...

PRESENTATION DU SITE ET DU PLAN d'EAU :



Chtp de France Eau Libre 19 & 20 juillet 2025-Base Fédérale de la Gravière du Fort
PARCOURS DE 1000m - Vue d'ensemble





PROGRAMME ET INSCRIPTIONS :

JOUR 1		JOUR 2	
Session 1	Session 2	Session 3	Session 4
5 000m SF → Junior → Senior → Master 1 000m BI → Junior → Senior 4 x 1 000m SB → Master	1 000m SF → Junior → Senior 1 000mSF * → Minime 1 000m BI * → Minime 3 000m SF → Master 3 000m BI → Master 3 000m BI → Junior → Senior	1 000m SF → Master 1 000m BI → Master 3 000m SF * → Minime 3 000m BI * → Minime 4 x 1000m SB → Junior → Senior	<u>Courses par élimination</u> 150m BI - Qualifications 150m SF - Qualifications 150m BI - Finales 150m SF - Finales → Jeunes Cadet.te & Juniors → Senior

* Le départ des courses minimales sera mixte

Les horaires seront disponibles via une note d'information spécifique qui inclura l'inscription, le paiement des courses, les horaires de retraits de dossards,

...

Un groupe WhatsApp Chefs d'équipe sera créé.

ORIENTATION SUBAQUATIQUE :



Une initiation sera proposée pendant le championnat sur le parcours d'orientation subaquatique permanent de la Gravière du Fort.

Une épreuve d'orientation en relais sera organisée après la finale des 150m.

L'épreuve se fera par équipe de 2 : un nageur + un orienteur (épreuves en relais par éliminations sur le parcours du 150 m).

Une circulaire spécifique sera envoyée aux clubs.

INFORMATIONS PRATIQUES :

La Gravière du Fort est une propriété privée, close et contrôlée.
Le site est sous vidéo surveillance permanente



La Gravière du Fort aménage en permanence pour le confort de ses usagers, mais ceux-ci respectent le site et ses règlements.

Dans vos sacs (identifiables) :

- **Gourde**
- **Sandales, crocs, tongs**,... pour approcher de l'eau pieds nus (caillebotis et graviers)
- **Chapeau, casquette**
- Tapis de sol

Confort et vie sur le site (voir plan)

- Parking fermé assuré
- Points fontaines à eau
- Toilettes

aucun soulagement dans la nature

(ce genre de productions sauvages rejoignant forcément l'eau de la Gravière...)

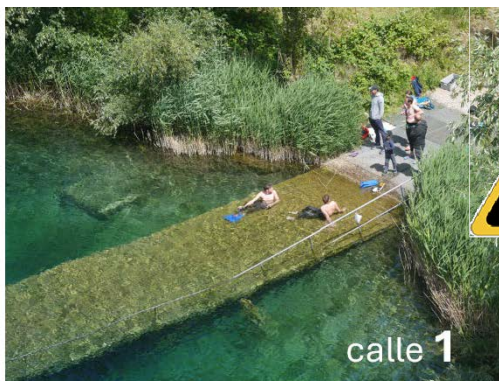


la Gravière du Fort n'est pas reliée aux réseaux d'assainissements, mais c'est doté de toilettes et de sa propre station d'épuration.

Respectez les consignes et ne rien jeter dans les toilettes.

Accès à l'eau :

Les berges sont instables et fragiles, ne vous approchez pas de l'eau, ne descendez pas, ne sortez pas de l'eau.



!! Les entrées et les sorties de l'eau se font exclusivement par les pontons et les cales!!

On ne palme pas verticalement, on se laisse flotter. On ne palme pas proche d'un bord et du fond.



Utilisation habituelle de savons liquides

Savons et gels douches habituels interdits. Seul le savon offert aux concurrents sera utilisé.

Une bouteille rechargeable d'un savon acceptable est fourni à tous les concurrents. Néanmoins, utilisez avec modération.

Déchets :

La règle à la gravière du Fort est de ramener ses ordures, mais exceptionnellement des poubelles seront à votre disposition.



www.gravierefort.fr

www.adopte une poubelle .com

déchet n'est pas un gros mot, poubelle non plus, adoptez une poubelle



Echauffement : le site de nage sera accessible dès le vendredi soir à partir de 18h (sous la surveillance du club – règlement intérieur de la Gravière)

Collation : à la sortie de l'eau une collation sera offerte. Les nageurs pourront reprendre des forces et en même temps, se reposer ...

Zone de repos : le comité organisateur prévoit des zones de repos ombragées sur plusieurs endroits du site, avec fauteuils relax, poufs, oreillers. De quoi profiter du lieu toute la journée, avec du repos entre les épreuves et à l'ombre ! ☀️ (voir plan page 5).



Savon : La Gravière Du Fort s'engage depuis le début de sa création pour maintenir son écosystème et sa grande qualité de l'eau. Le comité organisateur fournira à chaque nageur une bouteille rechargeable d'un savon soigneusement sélectionné adapté au milieu (à utiliser avec modération). Il sera interdit d'utiliser un autre savon.

Pour se désaltérer :

💧 7 fontaines à eau mises à votre disposition (voir plan page 5).

Douches et toilettes :

Pas besoin de douche après avoir nagé à la Gravière !!! Et oui, l'eau est aussi pure que celle du robinet.

Toilettes : la Gravière du Fort n'est pas reliée aux réseaux, mais c'est doté de toilettes et de sa propre station d'épuration. **Aucun soulagement dans la nature ne sera toléré.**

Respectez les consignes et ne rien jeter dans les toilettes. (voir plan page 5).

Vestiaires :

3 vestiaires "en dur" + 2 vestiaires sous tonnelles fermées (voir plan page 5)

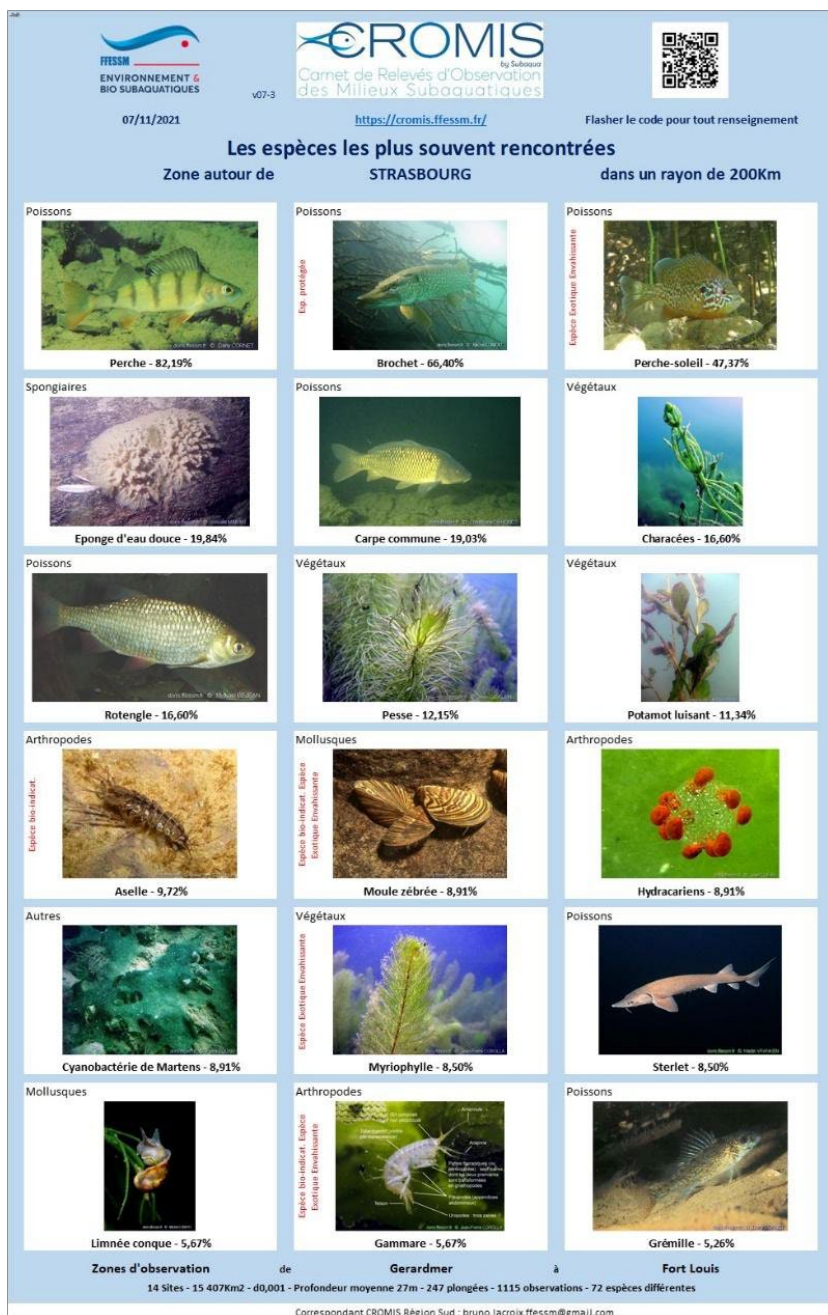
Point biologie et environnement :

Pas de mauvaises surprises, l'eau est très claire et la visibilité importante. Il n'y a **pas de silures** et pas d'**algues collantes** ou autres soucis naturels !..

Coquillages et crustacés, éponges.... La Gravière du Fort est riche mais se développe de façon équilibrée depuis l'abandon de l'extraction du gravier. Pas d'introduction d'espèce, nous laissons faire la nature.

Profitez des échauffements pour explorer l'eau douce et posez nous vos questions.

Ce poster est affiché près des pontons et est disponible en téléchargement grâce à DORIS et CROMIS



urlr.me/29vHVX



Restauration sur place :

Attention : la plupart des restaurants proches sont fermés le samedi midi

Avec le **SNACK DE LA GRAVIERE DU FORT** présent sur le site d'avril à novembre une offre de restauration vous est proposée .:



 **helloasso**



(Pas de petits déjeuners.)

Le MIDI :

Nous vous proposons une formule sur place pendant tout le week-end.

Le traiteur de la Gravière va vous concocter **un buffet varié**, pensé pour les besoins spécifiques des nageurs, au prix de **16€ par repas** (samedi midi et dimanche midi).

Le SOIR

Le samedi soir : SOIREE TARTES FLAMBEES.
Et oui, les fameuses !!! Faites sur place dans des fours traditionnels. Prix : **22€ par personne**.

Réservée au Masters et aux bénévoles.

La formule du soir comprend : tartes flambées salées et sucrées à volonté + boissons (jus, sodas, bières, vins d'alsace)

Sur place, service dans la limite des places restantes ou à la carte à d'autres tarifs. **Inscriptions et paiements obligatoires avant le 5 juillet 2025 sur Hellasso : urlr.me/QG63vb**



Le snack et la buvette 🍹 seront également ouverts durant tout le week-end (burgers, Fish and ships, pizza, bar ...)

 **helloasso**



**repas et quelques articles uniquement
ne concerne PAS les inscriptions aux courses !**

Vente à l'effigie des championnats :

Sous réserve de disponibilité au moment de votre commande :

- Bonnets imprimés : 10 € unitaire en pré-vente en ligne, 12€ sur place sur HelloAsso, comme les repas : [urlr.me/QG63vb](https://www.helloasso.com/associations/association-les-jeux-de-la-ville/ventes-et-manifestations/ventes-de-bonnets)
- Polos Manches Courtes, broderie coeur et dos : 30€ unitaire

Sur boutique FINWAY dédiée : urlr.me/Mcr8Qv

<https://finway.fr/championnat-de-france-nage-avec-palmes-graviere-du-fort-2025/3791959-polo-championnat-de-france-nage-avec-palmes-graviere-du-fort-2025.html>



Pour la restauration : Inscriptions et paiements obligatoires avant le 5 juillet 2025.

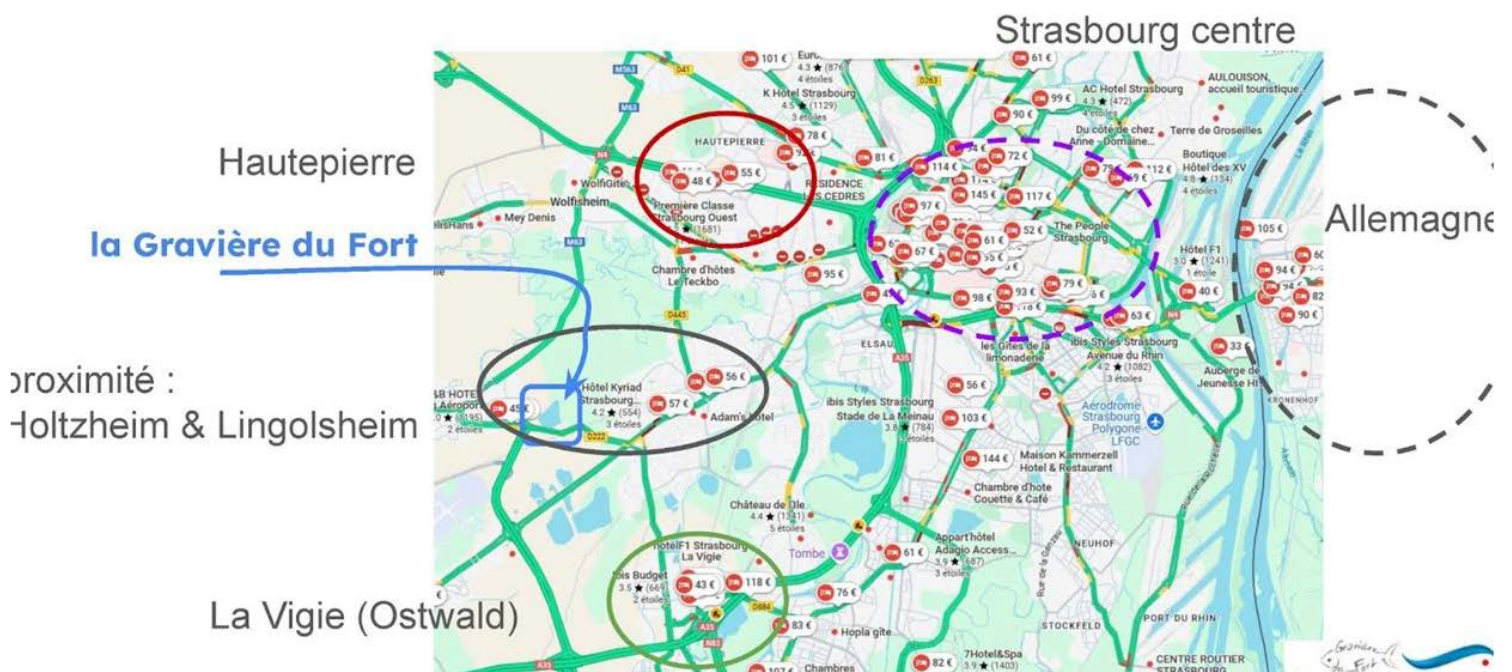
Accès par la route :

En arrivant du Nord ou de l'Ouest par l'autoroute A 4 Paris METZ et malgré des recours administratifs gagnés Strasbourg est mal indiqué et oblige à rejoindre le contournement payant :

Bouchons fréquents, à voir en arrivant selon l'heure payer peut faire gagner du temps



Hébergements :



Hôtels à proximité : proximité aéroport

- à HOLTZHEIM : B&B Hôtel Roi Soleil - 10 rue Joseph Graff
- à LINGOLSHEIM : IBIS "Strasbourg Aéroport" / KYRIAD / CAMPANILE
- à OSTWALD : F1 "La Vigie" / IBIS Sud Vigie / IBIS BUDGET / B&B Sud

- à HAUTEPIERRE : Première Classe / Les Colonnes / Kyriad



Hôtel B&B**

A 2 min de la Gravière

10 rue Joseph Graff, Holtzheim

Tarif négocié : -53€ la chambre pour 2 personnes

-Petit déjeuner à 8.50€ par personne

Tel 03 90 20 22 22

Lors de la réservation ou du paiement, il suffira de signaler que vous êtes usager de la Gravière du Fort.

hôtels conventionnés avec la Gravière du Fort



Hotel IBIS aéroport Zenith ***

2 Rue Du Maréchal Foch, Rte de Schirmeck, 67380 Lingolsheim

Tarif négocié : -60 € la chambre pour 2 personnes le WE,

-65 € la semaine.

-Petit déjeuner 12 € par personne.

Tél - 03 88 77 18 18

Réservation sur le site : <https://all.accor.com/hotel/1588/index.fr.shtml>

Et préciser que la réservation se fait dans le cadre de la plongée à la Gravière du Fort.

sup de cœur



Hôtel KYRIAD*** Strasbourg sud lingolsheim

A 4 minutes de la Gravière à Lingolsheim,

59 rue du maréchal Foch, Lingolsheim 67830

Tarif négocié "sport": -52 € la chambre pour 2 ou 3 personnes,

-Petit déjeuner 12.50 € par personne.

Tél - 03 88 76 11 00

direction@kyriad-lingolsheim.com

Très bon accueil, chambres spacieuses avec de quoi ranger son sac de plongée.

- Camping à 5,5 kms : La Montagne Verte

> Les partenaires

> Soutiens institutionnels, sponsors, partenaires médias.

Conseil Régional du Grand EST

Communauté Européenne d'Alsace

Eurométropole de Strasbourg

Commune de Holtzheim

Fracht GROUP France -

Aquatique Show International, entreprise mondiale de spectacles aquatiques

VOGEL BTP

TM / Thierry Muller - ingénierie et travaux du paysage

Le Comité Régional Grand EST de la FFESSM

Le Comité Départemental du Bas-Rhin de la FFESSM

La Fédération Régionale pour l'Organisation de la Gravière

Rejoignez-nous !

Soutenir le **Championnat de France de Nage Avec Palmes**, c'est participer à un projet national, sportif et éco-responsable. Ensemble, faisons de cet événement une réussite !

Une idée de partenaire ? communiquez nous vos contacts.

Contacts :

FROG : Gravière du Fort

- ☒ Michel Lambinet, directeur de la Gravière Du Fort,
président adjoint d la FROG, (Fédération Régionale pour l'Organisation de la Gravière)
président du Comité Local d'Organisation

✉ Email : michel@gravieredufort.fr

☎ Téléphone : +33 6 08 64 85 07

Commission Nage avec Palmes Grand EST : _____

- ☒ Sarah Ghesquière - Présidente Commission Nage Avec Palmes Grand-Est

✉ Email : sghesquiere1@gmail.com

☎ Téléphone : +33 6 50 88 60 02

*photos : Jean Charkes Maes, Unlimited prod., Christine Bossé,, Gravière du Fort, commissions photo-video,...
grand Merci !*

CHAMPIONNATS DE
FRANCE
EAU LIBRE
NAGE
AVEC PALMES

**19-20
JUILLET
2025**



**HOLTZHEIM -
LA GRAVIÈRE
DU FORT** 