



Epreuve Régionale Nage avec Palmes



UCPA AQUA STADIUM de Mériignac
60 avenue du Truc

Edition OPEN*

**19me édition
le 1 février 2026**

Présentation

L'épreuve 2026 est labellisée régionale et permet la validation des tickets d'entrée aux épreuves nationales. La compétition de Nage Avec Palmes est organisée à la piscine de Mérignac le dimanche 1 février 2026 par le SAM SUB Mérignacais, avec le concours de la Commission NAP du CSNA et du CODEP de Gironde.

C'est donc pour la troisième fois que nous organisons cette compétition dans le magnifique complexe nautique, UCPA AQUA STADIUM.



Le bassin de 50 M est à notre disposition pour tout l'après-midi et nous remercions la ville de Mérignac pour leur investissement dans notre monde de la Nage avec Palmes.

La piscine olympique Alice Milliat est composée de 10 couloirs (utilisation probable de huit lignes d'eau) avec une profondeur entre 2 M et 3 M.

Elle permet à chacun d'évaluer son niveau de performance à ce moment de la saison. Elle permet également à tous les clubs de la région de se retrouver, le temps d'une journée.

Respectant la réglementation fédérale, elle permettra aussi aux meilleurs nageurs de réaliser une marque de référence en vue de la qualification aux Championnats de France de NAP.

Inscrite au calendrier national, elle permet aux nageurs et à leurs clubs de marquer des points en vue du Classement National des Clubs.

* Edition OPEN pour les membres des fédérations françaises de natation, triathlon, sauvetage & secourisme via l'OPEN PASS FFESSM permettant l'ouverture des compétitions sportives aux non licenciés FFESSM.

Consulter le paragraphe inscriptions des nageurs

Nous contacter en direct minimum 4 jours avant la compétition pour les inscriptions.

Epreuves

Chaque club présentera autant de nageurs et autant de relais pouvant être mixtes (âge et sexe) afin de participer aux épreuves suivantes :

Epreuves :

50m apnée

50m surface et BI

100m surface et BI

100m IS

200m surface et BI

400m surface et BI

800m surface

relais 4*100m mixte surface (2 femmes 2 hommes)

(L'organisation se laisse la possibilité de limiter le nombre de participants et d'inscriptions en fonction des moyens disponibles)

Certaines courses peuvent être nagées en mono ou bi palme.

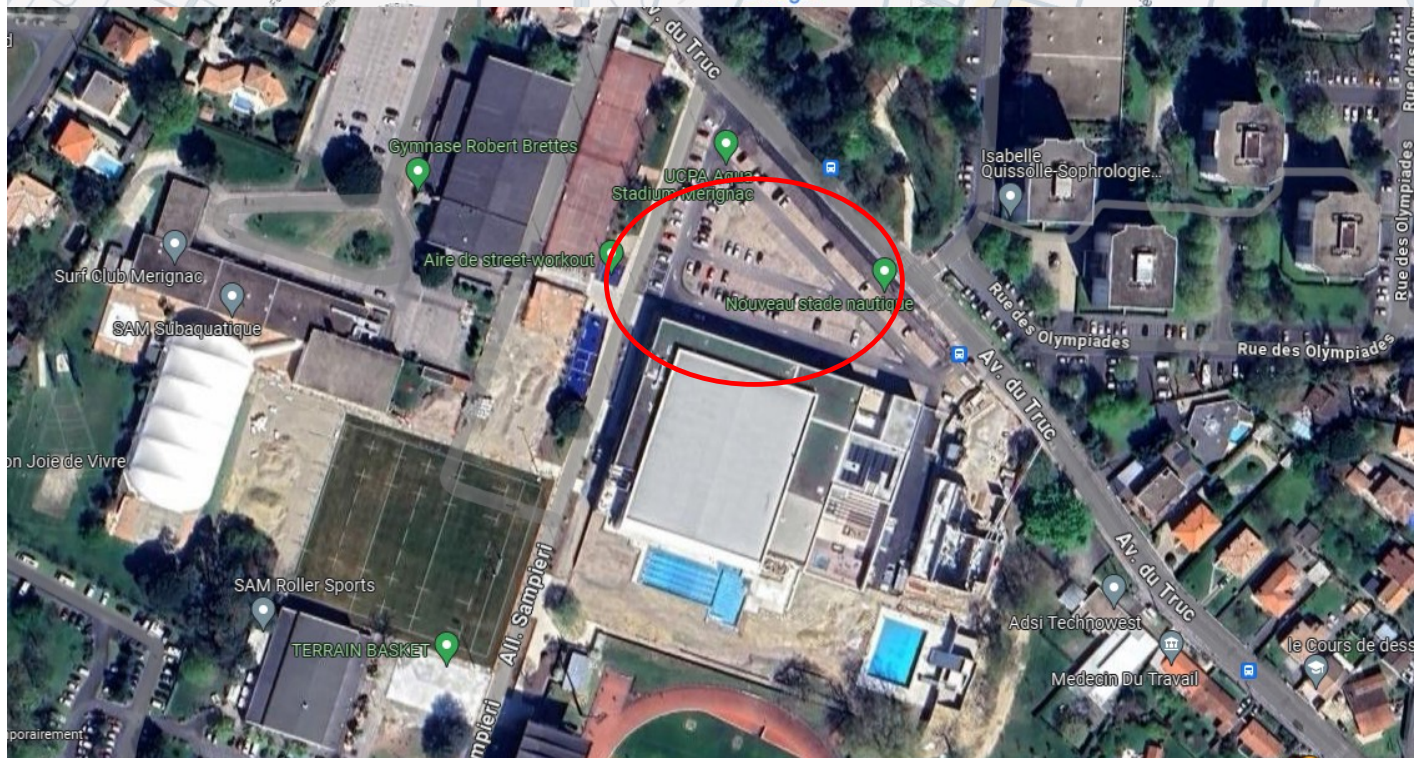
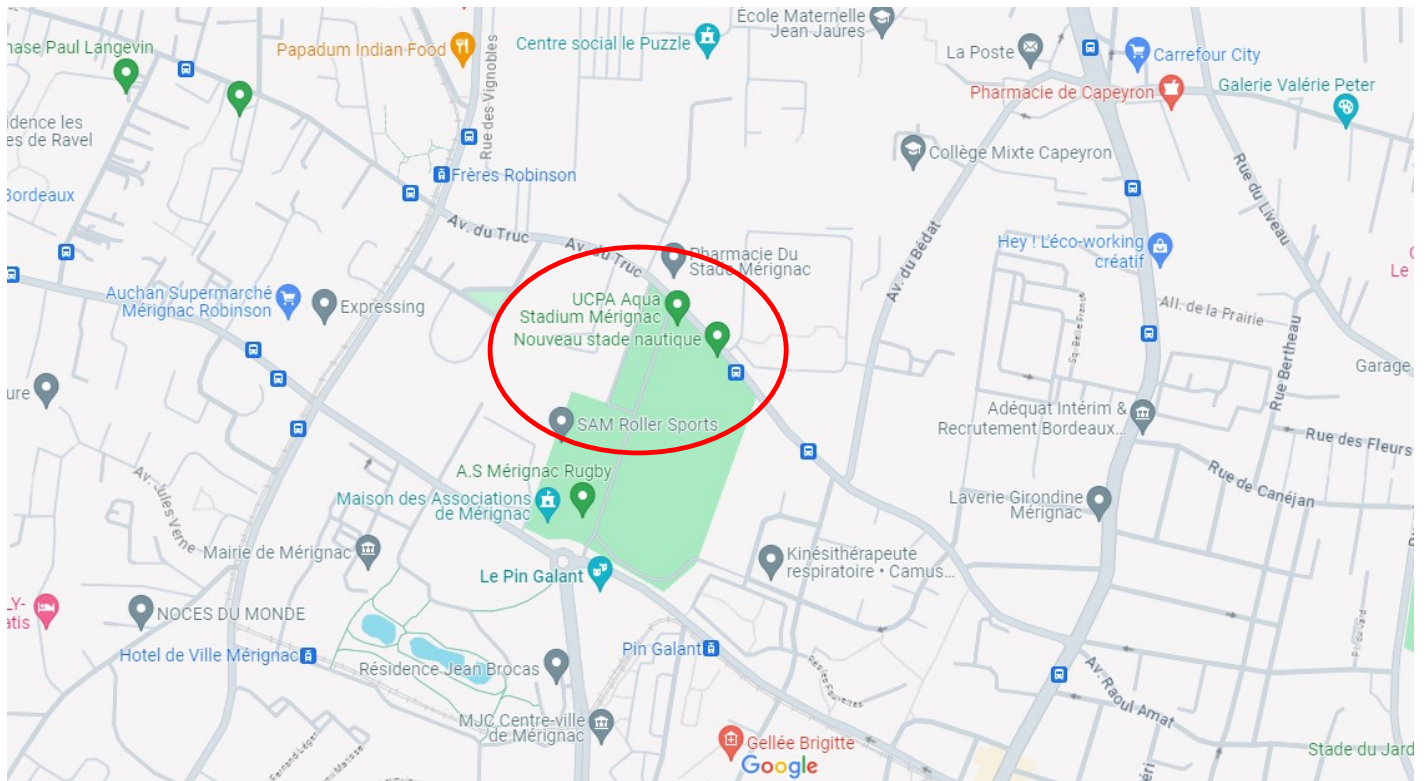
Toutes les courses 'BI' devront être nagées avec BI-Palmes homologuées.

Chaque nageur est autorisé à s'inscrire, en individuel, dans une ou plusieurs épreuve(s) prévues au programme. Il n'y a pas d'obligation au Club d'inscrire un relais.

Lieu de la manifestation

UCPA AQUA STADIUM

60 Avenue du Truc 33700 MERIGNAC







Contacts et informations

<http://samsub.free.fr>

Contact : [Email : samsubnap@gmail.com](mailto:samsubnap@gmail.com)

Christophe Métay / Frédéric Simon

06 66 61 85 11 / 06 09 74 00 10

Programme (horaires indicatifs)

13H Accueil et confirmation des inscriptions

13H30 Echauffement

14H Début des épreuves

- 50M apnée
- 50M Bi
- 400M SF
- 100M SF
- 200M Bi
- 100M IS masculin
- Pause
- 100M IF féminin
- 50M SF
- 100M Bi
- 800M SF
- 400M Bi
- 200M SF
- Pause
- Relais 4*100M mixte

Remise des prix

Inscriptions des nageurs

Chaque épreuve est ouverte à toutes catégories de nageurs.

Chaque nageur devra obligatoirement présenter les documents suivant :

- Licence fédérale de la saison en cours
- Certificat médical de non contre-indication à la pratique de la Nage avec Palmes en compétition de moins de 12 mois.
- Autorisation parentale pour les mineurs (même accompagnés)
- Conditions sanitaire selon les préconisations à date.

La pré-inscription doit être IMPERATIVEMENT réalisée via e-nap.fr

Sur place, chaque responsable d'équipe devra présenter la liste de ses relais au secrétariat et mettre à disposition une personne à la disposition de l'organisation.

Règlement par chèque uniquement.

Chronométrage et classement

Les classements sont déterminés par le nombre de points obtenus par les tables fédérales en fonction du chronométrage, soit :

- En course individuelle : points marqués par le nageur suivant la table de cotation de sa catégorie sur les deux meilleures courses.
- En relais : points marqués pour l'ensemble des nageurs du relais selon la table de cotation de la catégorie la plus défavorable.
- En club : points marqués sur la totalité des épreuves, relais inclus.

Un podium incomplet verra la remise des médailles au pied du podium.

Organisation

Responsables organisation
Christophe Métaay / Frédéric Simon
Bruno Rivière / Jean Yves Fournier

Secrétariat
Sybille Guilhem

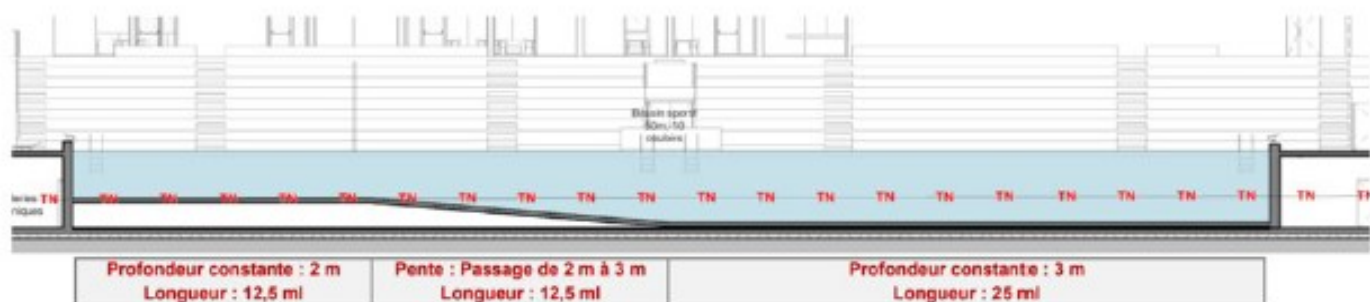
Informatique
Bruno Rivière

Juge arbitre
Cedric Meunier

Sécurité

Se référer au POSS de la piscine.

Profil du bassin pour information



Règlement de la piscine

RESPONSABILITES :

- Le club organisateur ne saura être tenu responsable en cas de vol ou de perte d'objet.

REGLEMENT (cf. règlement intérieur en PJ) :

- Seuls ont accès au bassin les organisateurs, les officiels et les compétiteurs.
- **Accès uniquement au bassin de 50M/vestiaires/gradins**, les autres structures ne sont pas mises à disposition.
- Les enfants et conjoints n'ont pas accès à la baignade, seuls les gradins leurs sont ouverts.
- Interdiction de FUMER dans la PISCINE, GRADINS, BASSIN....
- Interdiction de cracher par terre.
- Shorts et bermudas sont interdits (maillots uniquement) et bonnet de bain obligatoire.
- Tenue correcte en toutes circonstances ; en particulier, il est interdit d'accéder au promenoir en maillot et pieds nus.
- Pas de chaussures de ville autour des bassins
- Interdiction d'utiliser des verres et des bouteilles en verre sur le bord du bassin.
- Déposer les papiers et reliquats de repas dans les poubelles prévues à cet effet.
- Les athlètes de chaque équipe doivent passer par les douches et les pédiluves pour accéder au bassin.
- Les déplacements en dehors de la piscine se feront sous l'entière responsabilité du responsable d'équipe.
- Des vestiaires collectifs hommes et femmes seront mis à la disposition des équipes avec des casiers (se munir d'un jeton de caddie pour la fermeture). Il est conseillé de les utiliser ou d'amener avec soi ses effets personnels afin d'éviter tous vols dont l'organisation ne peut être tenue pour responsable.
- Tous les compétiteurs sont sous la responsabilité de leur entraîneur, donc les compétiteurs qui seront pris à dégrader ou effectuer des actes d'incivilité, engage son équipe à encourir des sanctions qui seront choisies avec le commissaire de compétition.

.....

NOUS VOUS REMERCIONS DE VOUS ENGAGER A RESPECTER CES REGLES DURANT LA COMPETITION

ACCES PUBLIC :

- L'accès au public se fera par les gradins et est totalement libre.
- L'accès aux vestiaires ne lui sera pas autorisé.