



FFESSM

NAGE AVEC PALMES

Open Villenavais de Nage avec Palmes

Piscine olympique le 11/02/2024

PRÉSENTATION D'ALASCA



ALASCA est une association existant depuis 25 ans, qui a la particularité d'être affiliée à deux fédérations :

- La Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme (FFSS)



- La Fédération Française d'Etudes et de Sports Sous-Marins (FFESSM)



- Elle est basée à la piscine Olympique de Villenave d'Ornon, au 145 route de Léognan - 33140 Villenave d'Ornon
- Ses réussites sportives lui permettent de compter parmi ses adhérents des champions de niveau national en sauvetage sportif, et international en nage avec palmes.



PRÉSENTATION DE L'OPEN VILLENAVAIS DE NAGE AVEC PALMES



ALASCA vous accueille pour une manifestation sportive le dimanche 11 février après-midi à la piscine Olympique de Villenave d'Ornon.

Celle-ci est ouverte aux autres fédérations pour découvrir la compétition en nage avec palmes, sur des épreuves en bi-palmes comme en monopalme.

Cette discipline est un sport émergent de glisse aquatique spectaculaire, se pratiquant en piscine et en milieu naturel, avec des palmes, ce qui permet d'atteindre des vitesses supérieures à 13 km/h !!!



Interne



RÈGLEMENT



- Compétition ouverte aux autres fédérations du CIAA (cia-aquatiques.fr)
- Ainsi peuvent concourir les licenciés des 18 fédérations le composant, notamment:
 - Fédération Française de Natation
 - Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme
 - Fédération Française de Triathlon...
 - Fédération Nationale des Métiers de la Natation et du sport



CIAA

Conseil Interfédéral
des Activités Aquatiques

Via l'**OPEN'PASS**® FFESSM, permettant l'ouverture des compétitions sportives aux publics non licenciés à la FFESSM.

Il est valable seulement pour la compétition de Villenave d'Ornon.



RÈGLEMENT



- <https://nap.ffessm.fr/documents/202312282024--reglement-sportif-nap--v202312.pdf>
- La course en Immersion Scaphandre ne sera pas ouverte en open.
- Le port du bonnet de bain est OBLIGATOIRE dans les bassins.
- Les baigneurs doivent rester décentement vêtus et porter des vêtements et accessoires conçus pour l'usage en piscine et adaptés aux normes d'hygiène et de sécurité de l'établissement.
- Respecter le POSS et les règles d'hygiène de la piscine.
- bi-palmes : bi palmes en caoutchouc uniquement, si bi-palmes en fibre, le nageur sera classé avec les monopalmes (courses SF, avec Palmes Fibres).
- Le tuba est obligatoire (tubas avec soupape non homologués). Si vous n'en possédez pas, merci de nous contacter, des prêts sont possibles.
- Départ depuis le plot obligatoire. Toute la course doit être nagée avec le matériel obligatoire.

LES EPREUVES



- 50 m Apnée femme
- 100 m Immersion Scaphandre Homme
- 50 m Bi Palmes
- 400 m SF (Palmes fibres)
- 400 m Bi Palmes
- 100 SF (Palmes fibres)
- Pause
- 100 M Immersion Scaphandre Femme
- 50 m Apnée Homme
- 100 m Bi Palmes
- 200 m SF (Palmes fibres)
- 200 m Bi Palmes
- 50 m SF (Palmes fibres)
- relais 4 x 100 m

Chaque nageur est autorisé à s'inscrire, en individuel, dans une ou plusieurs épreuve(s) prévues au programme.

LES ENGAGEMENTS



- Les frais d'engagement sont à l'ordre de l'ALASCA VO, payables lors du contrôle administratif:
 - 9 € par les participants licenciés FFESSM
 - 12 € pour les participants non licenciés
- Pour les participants non licenciés FFESSM :
 - Contacter Mathieu CORDIER : 06 64 34 55 63 ou mathcordier@hotmail.com
 - Fournir la licence sportive valide et le certificat médical associé ou questionnaire santé.
 - Pour les participants mineurs : remplir le formulaire (en annexe du document)

LE CLASSEMENT



- Le classement en individuel sera par catégories d'âge. Un seul classement pour les relais.
- Le classement individuel se fera via la table de cotation en vigueur sur le cumul des points des 2 meilleures courses, selon chaque catégorie:
 - → Poussins (9 ans et moins)
 - → Benjamins (10 - 11 ans)
 - → Minimes (12 - 13 ans)
 - → Cadets (14 - 15 ans)
 - → Juniors (16 - 17 ans)
 - → Seniors (18 - 34 ans)
 - → Masters 1 (35 - 44 ans)
 - → Masters (par classe d'âge tous les 10 ans jusqu'à 94 ans)

L'ACCÈS À LA PISCINE



- L'accès à la piscine pour la manifestation est de 12H45 à 19H00
- Adresse : 145 Rte de Léognan, 33140 Villenave-d'Ornon



ORGANISATION



- Accueil à partir de 13h00, contrôles administratifs
- L'échauffement est de 13h30 à 14h00
- Le début des épreuves aura lieu à 14h10
- Le public est autorisé à venir uniquement dans les gradins
- Il n'y aura pas de surveillance dans les gradins



RAPPEL DES FÉDÉRATIONS AFFILIÉES AU CIAA



Le certificat médical de non-contre indication à la pratique sportive remplacé par un questionnaire de santé pour les mineurs (hors disciplines à contraintes particulières)

- Le décret n° 2021-564 du 7 mai 2021 prévoit donc qu'il n'est désormais plus nécessaire, pour les mineurs, de produire un certificat médical pour l'obtention ou le renouvellement d'une licence dans une fédération sportive ou pour l'inscription à une compétition sportive organisée par une fédération. La production d'un tel certificat demeure toutefois lorsque les réponses au questionnaire de santé du mineur conduisent à un examen médical, mais également pour les disciplines à contraintes particulières.
- C'est l'Arrêté du 7 mai 2021 qui fixe le contenu du présent questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur, complété par des questions fédérales spécifiques aux activités subaquatiques hors disciplines à contraintes particulières.

Avertissement à destination des parents ou de la personne ayant l'autorité parentale : Il est préférable que ce questionnaire soit complété par votre enfant, c'est à vous d'estimer à quel âge il est capable de le faire. Il est de votre responsabilité de vous assurer que le questionnaire est correctement complété et de suivre les instructions en fonction des réponses données.

Faire du sport : c'est recommandé pour tous. En as-tu parlé avec un médecin ? T'a-t-il examiné (e) pour te conseiller ? Ce questionnaire n'est pas un contrôle. Tu réponds par OUI ou par NON, mais il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Tu peux regarder ton carnet de santé et demander à tes parents de t'aider.

Tu es une fille <input type="checkbox"/> un garçon <input type="checkbox"/>	Ton âge : ___ ans	
Depuis l'année dernière	OUI	NON
Es-tu allé (e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu été opéré (e) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu beaucoup maigri ou grossi ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé sans te souvenir de ce qui s'était passé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé à interrompre un moment une séance de sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu beaucoup de mal à respirer pendant un effort par rapport à d'habitude ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu beaucoup de mal à respirer après un effort ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu commencé à prendre 1 nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Depuis un certain temps (plus de 2 semaines)		
Te sens-tu très fatigué (e) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sens-tu que tu as moins faim ? que tu manges moins ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Te sens-tu triste ou inquiet ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pleures-tu plus souvent ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aujourd'hui		
Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mini-questionnaire propres aux activités de la Ffessm		
Est-ce que tu as des difficultés pour entendre ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu mal aux oreilles lorsque tu vas sous l'eau, à la montagne ou quand tu prends l'avion ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Questions à faire remplir par tes parents		
Quelqu'un dans votre famille proche a-t-il eu une maladie grave du cœur ou du cerveau, ou est-il décédé subitement avant l'âge de 50 ans ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Êtes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Avez-vous manqué l'examen de santé prévu à l'âge de votre enfant chez le médecin ? (Cet examen médical est prévu à l'âge de 2 ans, 3 ans, 4 ans, 5 ans, entre 8 et 9 ans, entre 11 et 13 ans et entre 15 et 16 ans.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<p>Si une ou plusieurs cases OUI ont été cochées sur l'ensemble du questionnaire, il faut consulter un médecin pour qu'il t'examine et voit avec toi quel sport te convient. Au moment de la visite, donne-lui ce questionnaire rempli.</p>		
<p>Conseils de la Commission Médicale et de Prévention : les activités subaquatiques ne doivent pas faire mal, en particulier aux oreilles : équilibrer les oreilles régulièrement à la descente et ne jamais forcer. Le rhume peut gêner l'équilibre des oreilles : dans ce cas, il faut privilégier des activités de surface, le temps qu'il guérisse.</p>		



Modèle d'attestation de réponses négatives au questionnaire de santé pour les sportifs mineurs, à remplir et remettre au responsable de structure :

*Je soussigné.e M/Mme Prénom : _____ NOM : _____
en ma qualité de représentant.e légal.e de
Prénom : _____ NOM : _____*

atteste avoir lu et compris l'ensemble des questions du questionnaire de santé pour les mineurs, renseigné ce questionnaire de santé (en présence du jeune) et répondu par la négative à l'ensemble des rubriques.*

Date et signature du/de la représentant.e légal.e :

**. Questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur en vue de l'obtention ou du renouvellement d'une licence fédérale ou de l'inscription à une compétition sportive, hors disciplines à contraintes particulières : ce questionnaire ne s'applique donc pas pour la pratique de la plongée avec équipement respiratoire, quel que soit le lieu de pratique, ni pour la pratique de l'apnée à 6 mètres de profondeur et plus.*