Programme et règlement spécifique Championnat Nationaux et Challenge National de Natation-Sauvetage

FFMNS
NAGER SAUVER
FÉDÉRATION FRANÇAISE
MAÎTRES-NAGEURS SAUVETEURS

FFMNS
NAGER SAUVER
FÉDÉRATION FRANÇAISE
MAÎTRES-NAGEURS SAUVETEURS

FFMNS
NAGER SAUVER
FÉDÉRATION FRANÇAISE
MAÎTRES-NAGEURS SAUVETEURS

Catégories d'âges fédérales

Catégorie	Age
Poussin- Poussine	8-9 ans (nés en 2017-2016)
Benjamin- Benjamine	10-11 ans (nés en 2015-2014)
Minime- Minime	12-13 ans (nés en 2013-2012)
Cadet- Cadette	14-15-16 ans (nés en 2011-2010-2009)
Junior	17-18-19 ans (nés en 2008-2007-2006)
Sénior	20 ans et + (nés en 2005 en avant)

FFMNS NAGER SAUVER | FÉDÉRATION FRANÇAISE MAÎTRES-NAGEURS SAUVETEURS

Les épreuves individuelles et relais du Championnat National

Les Epreuves suivantes appartiennent au Championnat National (Il peut y avoir des engagements individuels sur ces épreuves) :

- 50 m Crawl
- 50 m Sauvetage (25 m nage d'approche et 25 m mannequin)
- 100 m 2 Nages (50 m nage ventrale et 50 m nage dorsale)
- 200 2 m Nages (100 m nage ventrale et 100 m nage dorsale)
- Relais 4x50 m Crawl et 4X100 m Crawl

Toutes les épreuves du "Championnat National" et du "Challenge National" sont nagées selon le règlement fédéral de la FFMNS.

FFMNS
NAGER SAUVER
FÉDÉRATION FRANÇAISE
MAÎTRES-NAGEURS SAUVETEURS

Championnats National de Natation-Sauvetage

- Durant le Challenge National, les épreuves du Championnat National de Natation-Sauvetage sont intégrées.

- Les nageurs engagés sur ces épreuves du Challenge National seront automatiquement intégrés au classement de l'épreuve du Championnat National.

- Les nageurs souhaitant participer à ces épreuves à titre individuel pourront s'y engager et ainsi prendre part au Championnat National de Natation-Sauvetage : 50 m Crawl, 50 m Sauvetage, 100 m 2 Nages et 200 m 2 Nages.

FFMNS
NAGER SAUVER
FÉDÉRATION FRANÇAISE
MAÎTRES-NAGEURS SAUVETEURS

Le Challenge national par équipe de 6

catégories	épreuves	équipes
Poussin 8-9 ans Benjamin 10-11 ans Minime 12-13 ans	❖ Relais 4 x 50 m Crawl ❖ Relais 6 x 50 m tractage ❖ 25 m conduite de balle ❖ 50m Crawl ❖ 100 m Crawl palmes /tuba ❖ 100 m 2 Nages ❖ 50 m sauvetage (25m nage d'approche, 25m remorquage mannequin enfant) ❖ 100 m Crawl	Mixtes Filles Garçons
Cadet 14-15-16 ans Junior 17-18-19 ans Sénior 20 ans et +	❖ Relais 4 x 100 m Crawl ❖ Relais 6 x 50 m tractage ❖ 100 m Crawl ❖ 50 m conduite de balle ❖ 250 m Sauvetage, palmes masque et tuba de Natation-sauvetage ❖ 200 m 2 Nages ❖ 50 m sauvetage (25m nage d'approche, 25m remorquage mannequin adulte) ❖ 50 m Crawl	 Filles Garçons

FFMNS
NAGER SAUVER
FÉDÉRATION FRANÇAISE
MAÎTRES-NAGEURS SAUVETEURS

Règlement du Challenge national

- Déroulement sur deux demi-journées.
- Équipe de 6 nageurs, pouvant être mixte et classée par catégorie. Classement par équipe, basé sur le nombre de points de la table FFMNS, établi par chaque nageur de l'équipe.
  Chaque nageur peut participer à une seule épreuve individuelle du Challenge, mais peut également prendre part aux autres épreuves du Championnat National. Cependant, il ne marque des points que pour l'épreuve dans laquelle il est engagé pour l'équipe inscrite au Challenge National.
- Points doublés pour les relais.
- Récompenses pour les trois premiers de chaque catégorie.

FFMNS NAGER SAUVER | FÉDÉRATION FRANÇAISE MAÎTRES-NAGEURS SAUVETEURS

Explication des épreuves spécifiques

25 m et 50 m Conduite de Balle :

- Au signal de départ, le nageur saute depuis le plot avec le ballon dans les mains. Il doit parcourir 25 m en conduisant la balle. Le chronométrage de l'épreuve commence au signal de départ. Lorsque le nageur touche le mur opposé avec la partie de son corps la plus proche du mur, il peut virer (pour le 50 m). Il en est de même pour l'arrivée.
- Le nageur doit conduire sa balle sans la quitter des yeux durant tout son parcours dans l'eau, y compris pendant le virage. La balle doit être touchée au minimum 5 fois par longueur.

❖ **Cas de disqualification :**

✓Immersion complète de la tête après le premier mètre de course.

✓Si le ballon sort de la ligne de nage.

FFMNS NAGER SAUVER | FÉDÉRATION FRANÇAISE MAÎTRES-NAGEURS SAUVETEURS

Explication des épreuves spécifiques

100 m Crawl Palmes et Tuba :

- Au signal de départ, le nageur saute du plot avec ses palmes dans une main et le tuba dans l'autre. Il peut porter des lunettes, qui doivent être tenues dans la main avec le tuba. Le nageur s'équipe dans l'eau et doit parcourir la distance totale de l'épreuve avec le tuba en bouche et les palmes aux pieds.

❖ **Cas de disqualification :**

- ✓ Le masque n'est pas autorisé.
- ✓ Le pince-nez n'est pas autorisé.
- ✓ Tuba non embouché durant une partie de l'épreuve.
- ✓ Perte d'une palme ou des deux durant l'épreuve.

FFMNS NAGER SAUVER | FÉDÉRATION FRANÇAISE MAÎTRES-NAGEURS SAUVETEURS

Explication des épreuves spécifiques

50 m Mannequin :

- Au signal de départ, le nageur plonge puis nage pour aller chercher un mannequin situé à 25 m. Il doit plonger, le récupérer, puis le tracter sur les 25 m restants. Le mannequin est placé à 25 m (+/- 1 m). Le nageur qui tracte le mannequin doit dégager ses voies aériennes avant les 5 m et les maintenir hors de l'eau durant toute la course.

❖ **Cas de disqualification :**

- ✓ Les voies aériennes du mannequin ne sont pas dégagées avant les 5 m.
- ✓ Les voies aériennes du mannequin sont immergées pendant plus de 3 secondes, de manière continue ou discontinue, durant le tractage (5 secondes de tolérance pour les poussins et benjamins).
- ✓ Le mannequin est saisi, levé, porté ou tracté par son anneau ventral.

FFMNS NAGER SAUVER | FÉDÉRATION FRANÇAISE MAÎTRES-NAGEURS SAUVETEURS

Explication des épreuves spécifiques

50 m Mannequin et Palmes :

- Au signal de départ, le nageur saute dans l'eau avec les palmes dans la main (il peut avoir ses lunettes placées sur les yeux). Il s'équipe dans l'eau, puis doit récupérer le mannequin et le tracter sur les 50 m restants. Le mannequin est placé à +/- 1 m devant le plot de départ. Le nageur qui tracte le mannequin doit sortir les voies aériennes du mannequin avant les 5 m et les maintenir hors de l'eau durant toute la course, virage inclus. L'utilisation de l'anneau est interdite pour la remontée et le tractage.

❖**Cas de disqualification :**

✓Le mannequin est apparu après les 5 m.

✓Les voies aériennes du mannequin sont immergées pendant plus de 3 secondes, de manière continue ou discontinue, durant le tractage.

✓ Le mannequin est pris, lever, porter, tracter par son anneau ventral.

FFMNS NAGER SAUVER | FÉDÉRATION FRANÇAISE MAÎTRES-NAGEURS SAUVETEURS

Explication des épreuves spécifiques

250 m Sauvetage, palmes masque et tuba de Natation-sauvetage:

- Au signal de départ de l'épreuve, le candidat s'équipe dans l'eau (palmes, masque et tuba en main). Le nageur parcourt 200 mètres avec palmes, masque et tuba, en touchant le mur à chaque virage. À la fin du parcours de nage, il doit effectuer une immersion pour rechercher un mannequin situé à 5 mètres maximum du bord du bassin, avec le tuba en bouche. Cette recherche se fait après avoir touché l'extrémité du bassin ; le nageur remonte le mannequin dans la zone des cinq mètres. Il le remorque sur le reste de la distance du parcours. Le contact avec l'extrémité du bassin est obligatoire lors du virage (bassin de 25 mètres) et à l'arrivée. La remontée et le remorquage du mannequin se font sans utiliser l'anneau de celui-ci. Le remorquage s'effectue en position dorsale. Le nageur peut ne plus utiliser le masque et le tuba, mais doit conserver son matériel durant toute l'épreuve. Les 200 premiers mètres s'effectuent en utilisant l'ensemble du matériel (palmes, masque et tuba). Si le nageur rencontre une difficulté ou un défaut de matériel, il remet celui-ci en place sans reprise d'appui. Lors du remorquage, le mannequin doit avoir les voies aériennes dégagées ; pour cela, le visage du mannequin doit se trouver au-dessus du niveau de l'eau.

❖ **Cas de disqualification :**

- ✓ Le mannequin apparaît après les 5 m.
- ✓ Le nageur ne touche pas le mur d'arrivée avec l'ensemble de son matériel.
- ✓ Les voies aériennes du mannequin sont immergées pendant plus de 3 secondes, de manière continue ou discontinue, durant le tractage.
- ✓ Le mannequin est pris, lever, porter, tracter par son anneau ventral.

FFMNS NAGER SAUVER | FÉDÉRATION FRANÇAISE MAÎTRES-NAGEURS SAUVETEURS

Explication des épreuves spécifiques

Le Relais 6 x 50 m tractage :

- Chaque nageur effectue 50 m en tractant une personne dans une bouée de sauvetage.
  Le nageur 1 saute, le relais 2 aussi ; la bouée tube étant dans l'eau, devant le plot. Le nageur 1 s'équipe du lien, passe la bouée tube au relais 2, qui devient la victime. Il parcourt 50 m et touche le mur au 25 m avec une main. Il touche ensuite le mur d'arrivée avec la main, retire la sangle de tractage, puis enlève la bouée tube de la victime.
- Ils inversent leurs rôles de « victime » et « sauveteur » et repartent pour 50 m dans les mêmes conditions de sauvetage.
  Le nageur 2 touche le mur (le nageur 1 s'extrait de la bouée et remonte seul), puis le nageur 3 saute dans l'eau, récupère le lien de tractage et tracte le nageur 2 (la victime) sur 50 m. Il en va de même pour le nageur 4, le nageur 5 et le nageur 6.
- À l'arrivée du nageur 6, celui-ci sort de l'eau. La victime (nageur 5) sort de la bouée tube. Il plonge en canard pour remonter un mannequin, puis le tend à ses coéquipiers sur le bord, qui le transportent à l'arrière du plot.
- **Arrêt du chrono** lorsque les 6 relayeurs sont debout, bras tendus et mains jointes autour du mannequin.

FFMNS NAGER SAUVER | FÉDÉRATION FRANÇAISE MAÎTRES-NAGEURS SAUVETEURS

Explication des épreuves spécifiques

Description de l'épreuve handi-natation-sauvetage :

- **Départ dans l'eau** : Le nageur handisport commence l'épreuve dans l'eau, muni d'une bouée tube (vide).
- **Nage vers la victime (25 m)** : Le nageur doit parcourir 25 mètres pour atteindre la victime. Cette étape teste ses compétences en nage et son endurance.
- **Sécurisation de la victime** : Une fois arrivé à la victime, le nageur doit l'installer et la sécuriser dans la bouée tube, en veillant à bien la stabiliser. Cette étape met en avant sa technique et son habileté.
- **Assistance d'un nageur valide** : Un deuxième nageur valide intervient pour aider le premier nageur. Ensemble, ils transportent la victime sur une distance de 25 mètres jusqu'au mur.
- **Fin de l'épreuve** : Le chronomètre s'arrête lorsque les deux nageurs sauveteurs touchent le mur de la piscine.

FFMNS NAGER SAUVER | FÉDÉRATION FRANÇAISE MAÎTRES-NAGEURS SAUVETEURS

Cas des équipes « Mixtes »

- Dans les catégories **Poussins, Benjamins et Minimes**, les équipes peuvent être composées de **six nageurs**, avec un mélange de filles et de garçons. Un minimum de **deux représentants de chaque sexe** est requis pour valider la mixité.
- Le classement de l'équipe se fera selon la **table FFMNS** de la catégorie **Messieurs**.
- Le classement par équipe sera basé sur le **nombre de points obtenus**, calculé selon la table FFMNS et établi par chaque nageur de l'équipe.
- Chaque nageur peut participer aux **épreuves de son choix** ; cependant, il ne marque des points que pour l'engagement de l'équipe. Les nageurs peuvent également participer **à titre individuel** aux autres courses du **Championnat de France de Natation-Sauvetage**.
- Les **points sont doublés** pour les **relais**.
- Des **récompenses** seront attribuées aux **trois premières équipes** de chaque catégorie.

FFMNS NAGER SAUVER | FÉDÉRATION FRANÇAISE MAÎTRES-NAGEURS SAUVETEURS

CAS de « sur classement »

- Les **surclassements** sont autorisés lorsque l'équipe d'origine du ou des nageurs surclassés **n'est pas engagée** dans leur catégorie d'origine.
- Le **surclassement** est limité à **quatre nageurs par équipe** et à un écart maximum de **deux catégories** pour les nageurs surclassés.
- **Exemple :** Il peut y avoir **quatre nageurs cadets** dans une **équipe senior**. Cette équipe sera classée dans la catégorie **senior**, mais **aucune équipe cadet ne pourra être présentée**. Toutefois, il peut y avoir une **équipe junior**.