

3 NoA

La chaîne 100%
Nouvelle-Aquitaine

Orange · 339 | SFR · 455 | Free · 326
Bouygues · 337 | Fransat · 325

na.france3.fr
france.tv

**Les championnats de france
en direct sur france 3 NoA**

BEUCHAT 


FFESSM
HAUTE-VIENNE | 87

SUBAQUA
Revue de la FFESSM

ASSURDIVING
Assurances de la FFESSM
FRENCH UNDERWATER FEDERATION INSURANCES

 **LIMOGES**
ARTS DU FEU
ET INNOVATION

 **Limoges**
Métropole
Communauté urbaine


MINISTÈRE
DES SPORTS


RÉGION
Nouvelle-
Aquitaine


département
Haute-Vienne



CHAMPIONNATS DE FRANCE

des Sports Subaquatiques

10-11-12 mai 2019

LIMOGES - L'Aquapolis et Piscine Beaublanc



Planning des épreuves

Plan Beaublanc



FFESSM
IMMERSION & EMOTION

**Fédération Française d'études
et Sports Sous-Marins**

Plongée sportive en piscine

Ensemble d'épreuves subaquatiques individuelles ou en équipes à caractère compétitif et réglementées, se déroulant dans une piscine (milieu permanent, non fluctuant)

4 ÉPREUVES INDIVIDUELLES

- **100 m immersion : parcourir 100 m le plus vite possible et arriver le premier, comme Florent Manaudou... mais sous l'eau !**
- **Scaphandre nocturne : ramasser le plus d'objets immergés disposés dans un diamètre de 4 m autour d'une corde verticale, en un minimum de temps, le masque du plongeur occulté.**
- **200 m décapelage : parcourir 200 m en alternant, déplacement en immersion avec bouteille ou en apnée et nage.**
- **Émersion d'un objet de 6 kg : parcourir une distance de 25 m en immersion et gonfler un parachute pour remonter à la surface l'objet dans le meilleur temps possible.**

3 ÉPREUVES EN ÉQUIPE

- **L'octopus : parcourir en binôme une distance de 50 m en immersion (un plongeur respirant sur l'octopus de l'autre).**
- **Le combiné : réaliser un parcours de 100 m à 2 plongeurs, le plus rapidement possible, et en réalisant des exercices de sécurité tels que le franchissement d'un tunnel capelé et décapelé, respirer sur l'octopus de l'autre, vider son masque et tracter un mannequin à 2.**
- **Le relais 4 x 50 m immersion : faire un relais à 4 avec passage de témoin.**

HORAIRES	VENDREDI 10/05/19
13h	Installation
16h > 21h	Accueil des compétiteurs par le secrétariat Vérification des blocs
SAMEDI 10/05/19	
7h30 > 08h40	Accueil des compétiteurs
9h > 9h30	Cérémonie officielle d'ouverture
9h45	Appel des premières compétitrices pour le combiné
10h > 12h15	100 m combiné femmes, puis hommes
13h45	Appel des premiers binômes (cadets) pour l'octopus
14h > 16h	Épreuve du 50 m Octopus mono bouteille mixte
16h	PODIUM COMBINE
16h15 > 18h15	23 m Emersion hommes et femmes
18h	PODIUM OCTOPUS
19h	Apéritif des clubs
20h	Soirée de gala
DIMANCHE 12/05/19	
08h	Ouverture de la piscine Échauffement
8h45	Appel des premières compétitrices pour le trial
9h > 12h	Épreuve du 200 m trial femmes, hommes
12h	PODIUM EMERSION
13h45	Appel des premiers relais
14h > 15h45	Épreuve du relais mixte 4 x 50 m
16h15 > 17h	PODIUMS et clôture de la compétition avec le classement des clubs



FFESSM

HAUTE-VIENNE | 87