

6 heures de natation 2021 du CNA

-Règlement Officiel

Article 1 : La manifestation des « 6h de natation » est organisée à la piscine de Brécey par le cercle des nageurs d'Avranches (CNA), le samedi 19 juin 2021.

Article 2 : La surveillance sera assurée pendant toute la durée de la manifestation par nos éducateurs, diplômés B.E.E.S.A.N au bord du bassin.

Article 3 : Cette manifestation est ouverte à tous.

Les personnes de moins de 12 ans sont autorisées à participer uniquement en présence d'une personne de plus de 18 ans qui l'accompagne sauf pour les nageurs de club du cercle des nageurs d'Avranches et des clubs FFN extérieurs.

Article 4 :

Les 6 heures de natation sont ouvertes à toute personne pouvant nager un parcours de 50 m au minimum, sans limite d'âge et de temps, sans aide extérieure et sans matériel flottant ou qui aide à la propulsion.

Deux catégories au programme Jeunes 10 et moins et seniors 10 ans et plus.

Article 5 :

Inscriptions :

Les préinscriptions sont possibles en ligne via le lien helloasso :

<https://www.helloasso.com/associations/cercle-des-nageurs-d-avranches/evenements/6-heures-de-natation2021>

En association, en entreprise ou en famille de 2 à 10 personnes

Prix de la participation: 5 euros par personne

Le briefing : 9h45

Au cours de ce briefing, nous vous donnerons toutes les informations nécessaires au bon déroulement de la manifestation.

De plus, cela nous permettra de répondre à vos éventuelles questions.

Début des épreuves: 10h (départ)

Epreuve jeunes (1 ligne) de 15h à 16h

Fin des épreuves : 16h

Remise des prix : fin des 6 heures

Les différentes possibilités de participation :

Plusieurs façons s'offrent à vous pour participer aux 6h00 de natation :

Un arrêt de courte durée inférieure à 30 secondes est admis (P. ex : pour réajuster ses lunettes, s'informer ou s'alimenter).

Un arrêt est possible toutes les heures pour se ravitailler ou autres (prévoir son ravitaillement pendant la course : barre de céréales, gel énergisant, eau ou autres)

- Par équipe (max 24 équipes) :

Les membres de l'équipe devront nager séparément, une seule personne à la fois (type relais). Une personne peut cependant nager plusieurs fois, dans la nage qu'il souhaite et dans son propre style.

Chaque équipe peut être ou pas mixte et être composée de 2 à 10 participants.

Le résultat final additionnera les distances de chacun et sera donné en mètres.

Le relais entre nageur se fera par un contact au mur. Les relais peuvent se faire dans n'importe quel ordre. Le premier relayeur commence au plot et les suivants côté petit bassin.

Le participant ou l'équipe, qui sort définitivement, le signale au juge de ligne (celui-ci indique la mention « fin d'épreuve à X mètres », X étant la distance réalisée).

Départ à 10h pour les 32 équipes.

Article 6 :

Chaque équipe présentera un pointeur dans sa composition.

Elle définit également un système de marquage facilement identifiable pour chaque nageur (bracelet, étiquettes, strap, ...)

Article 7 : Les seuls matériels autorisés sont :

Ø maillots de bain

Ø bonnets de bain

Ø lunettes de piscine

Ø pince-nez

Tout autre matériel est interdit.

Article 8: Le nageur qui commence sa prestation doit au préalable se faire inscrire à la table de marque où se trouve le départ, un juge de ligne lui indiquera la ligne de nage attribuée pour son équipe.

Un tableau sera mis en place sur le bord du bassin pour l'organisation.

Chaque ligne sera définie par des niveaux de nages.

Le nageur qui commence à nager dans une ligne terminera dans celle-ci sauf cas contraire demandé par un membre du comité d'organisation. Le sens de nage est toujours à droite dans la ligne d'eau.

Article 9 : Chaque juge de ligne prendra les dispositions nécessaires pour noter tous les passages des nageurs de sa ligne d'eau.

Article 10 : A la fin de cette manifestation, des récompenses seront attribuées, à savoir :

Ø Plus grande distance parcourue par équipes.

La remise des récompenses se fera le soir même à la piscine avec des diplômes pour chacun avec la distance parcourue.

Informations: un ravitaillement est prévu pendant la course et une buvette est mise en place (vente de sandwiches , gâteaux, boissons et bien d'autres...). Barbecue prévu sur place.

Le CNA